

**NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES REPORTADOS EN RIESGO
ACADÉMICO. FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD. UNIVERSIDAD DE
CÓRDOBA. 2015-1**

MELISSA MARÍA BARÓN HERNÁNDEZ

WILMER RODRÍGUEZ PÉREZ

**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
MONTERÍA – CÓRDOBA**

2015

**NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES REPORTADOS EN RIESGO
ACADÉMICO. FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD. UNIVERSIDAD DE
CÓRDOBA. 2015-1**

MELISSA MARÍA BARÓN HERNÁNDEZ

WILMER RODRÍGUEZ PÉREZ

Presentado como opción de grado para optar el título de Enfermera(o)

MsC. Concepción Amador Ahumada. Asesora temática

PhD. Álvaro Antonio Sánchez Caraballo. Asesor metodológico

UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ENFERMERÍA

MONTERÍA – CÓRDOBA

2015

DEDICATORIA

A ti, Dios de mis padres, te doy gracias y te alabo, porque me has dado sabiduría y fuerza, y ahora me has revelado lo que te pedimos, pues nos has dado a conocer el asunto del rey. - Daniel 2:23. Te doy gracias mi Dios por permitirme cumplir este sueño donde me has acompañado y me has brindado sabiduría y entendimiento a lo largo de este camino, donde con mucho esfuerzo lo he superado, gracias a ti mi señor y mi familia, por eso este gran logro se lo quiero dedicar a mis padres Cesar Rodríguez y María Arrieta por su apoyo incondicional y no dejarme decaer en los momentos en que sentí que no lo podría lograr a mis hermanos que han sido mi motor y mi alegría a lo largo de mi carrera y mi vida, a mi tía Lucelis Rodríguez quien con su apoyo y consejos me ha ayudado a crecer y ser mejor persona. A todos mis compañeros, amigos, hermanas que a lo largo de mi carrera conocí aquellas que me apoyaron durante todo este tiempo.

Wilmer Rodríguez Pérez

A Dios, por darme la oportunidad de vivir y por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente y por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido mi soporte y compañía durante todo este tiempo. A mis padres Nidith Hernández y José Barón, por darme la vida, creer en mí y por siempre apoyarme.

Gracias por darme una carrera para mi futuro, todo esto se los debo a ustedes. A mi hermano José Alejandro por ser el ejemplo de un hermano mayor y del cual aprendí de aciertos y de momentos difíciles, a mi tía Yadira, Leonis, Nora, mi hermanita María Paulina y mi abuelito José M. Barón gracias por ser tan especiales conmigo y por el gran apoyo que me dan. A mis amigos, quienes siempre han estado en los momentos en que los he necesitado. A todos muchas gracias.

Melissa María Barón Hernández

NOTA DE ACEPTACIÓN

.....
.....
.....
.....

.....

Firma del Presidente del Jurado

.....

Firma del Jurado

.....

Firma del Jurado

Montería, Diciembre 4 de 2015

AGRADECIMIENTOS

Gracias a la Universidad de Córdoba por ser el alma mater quien sustenta el conocimiento de la región formando a las mejores personas y profesionales.

A nuestros padres quienes a lo largo de toda nuestras vidas han apoyado y motivado nuestra formación académica, creyeron en nosotros en todo momento y no dudaron de nuestras habilidades.

A nuestros asesores por sus consejos y esfuerzo para lograr el cumplimiento de este logro, ya que este proyecto ha sido el resultado de un trabajo conjunto

A las(os) docentes que a lo largo de este camino han sido fuente de conocimientos para nuestra formación como profesionales a quienes les debemos tiempo, esfuerzo, conocimientos y dedicación.

A todos nuestros compañeros, amigos y personas que estuvieron presentes, a los que partieron y los que aún continúan en este maravilloso camino, gracias a todos ellos porque de una u otra manera han hecho parte de este logro y han aportado tanto a nuestra vida personal como profesional.

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	13
1. OBJETIVOS	15
1.1. GENERAL	15
1.2. ESPECÍFICOS	15
2. REFERENTE TEÓRICO	16
2.1. MARCO REFERENCIAL	16
2.2. MARCO TEÓRICO	21
2.2.1. ESTRES	24
2.2.2. FASES DEL ESTRÉS	24
2.2.3. FACTORES DE RIESGO	25
2.2.4. CAUSAS GENERADORAS DE ESTRÉS	27
2.2.5. LOCUS DE CONTROL	27
2.2.6. ESTRÉS ACADÉMICO	28
2.4. MARCO LEGAL	28
3. MARCO CONCEPTUAL	30
3.1. DISEÑO METODOLÓGICO	30
3.2. TIPO DE ESTUDIO	30
3.3. ESCENARIO	30
3.4. POBLACIÓN MUESTRA Y UNIDAD DE ANÁLISIS	31
INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	
3.5. ASPECTOS ÉTICOS Y LEGALES	34
4. ANÁLISIS DE RESULTADOS	35
4.1. CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA	35
4.2. CARACTERÍSTICAS ACADÉMICAS	40

4.3.	CAUSAS QUE GENERAN ESTRÉS	48
4.4.	ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR LA SITUACIÓN CAUSANTE DE	65
4.5.	LA PREOCUPACIÓN O EL NERVIOSISMO	68
4.6.	NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES EN SITUACIÓN DE	70
5.	RIESGO ACADÉMICO	77
6.	RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO	78
7.	CONCLUSIONES	79
	RECOMENDACIONES	81
	BIBLIOGRAFÍA	
	ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Distribución de estudiantes por sexo	35
Tabla 2. Número de estudiantes por edad	37
Tabla 3. Número de estudiantes por semestre	40
Tabla 4. Número de estudiantes en riesgo por cada programa	42
Tabla 5. Promedio general de los estudiantes en riesgo académico	44
Tabla 6. Promedio general por sexo	46
Tabla 7a. Principales factores que generan estrés: factores personales	48
Tabla 7b. Principales factores que generan estrés: factores académicos	49
Tabla 8. Causas por edad	52
Tabla 9. Causas por programa	54
Tabla 10. Causas por semestre	56
Tabla 11. Reacciones físicas frente al estrés	59
Tabla 12. Reacciones psicológicas frente al estrés	61
Tabla 13. Reacciones comportamentales frente al estrés	63
Tabla 14. Estrategias frente a la preocupación o el nerviosismo	66
Tabla 15. Presencia de estrés en general	68
Tabla 16. Presencia de estrés por programa	70
Tabla 17. Presencia de estrés por promedio	72
Tabla 18. Presencia de estrés por sexo	74

LISTA DE GRAFICAS

	Pág.
Grafica 1. Distribución de estudiantes por sexo	36
Grafica 2. Número de estudiantes por edad	38
Grafica 3. Número de estudiantes por semestre	41
Grafica 4. Número de estudiantes en riesgo por cada programa	43
Grafica 5. Promedio general de los estudiantes en riesgo académico	45
Grafica 6. Promedio general por sexo	47
Grafica 7a. Principales factores que generan estrés: factores personales	49
Grafica 7b. Principales factores que generan estrés: factores académicos	50
Grafica 8. Causas por edad	53
Grafica 9. Causas por programa	55
Grafica 10. Causas por semestre	57
Grafica 11. Reacciones físicas frente al estrés	60
Grafica 12. Reacciones psicológicas frente al estrés	62
Grafica 13. Reacciones comportamentales frente al estrés	64
Grafica 14. Estrategias frente a la preocupación o el nerviosismo	67
Grafica 15. Presencia de estrés en general	69
Grafica 16. Presencia de estrés por programa	71
Grafica 17. Presencia de estrés por promedio	73
Grafica 18. Presencia de estrés por sexo	76

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Consentimiento informado	82
Anexo B. Inventario SISCO del estrés Académico	84
Anexo C. Entrevista variables sociodemográficas	88

RESUMEN

La presente investigación ha tenido como objetivo estudiar el estrés académico, así como algunas causas que lo producen y la influencia que este tiene en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba, reportados en Bienestar Universitario con bajo rendimiento académico. La muestra estuvo constituida por 55 estudiantes de Enfermería, Bacteriología, Regencia en farmacia y Administración en salud. Para la medición del nivel de estrés académico se empleó el Inventario SISCO del estrés Académico (Arturo Barraza Macías 2006), con el fin de medir el nivel de estrés, estrategias de afrontamiento y reacciones físicas, psicológicas y comportamentales. Los resultados obtenidos demuestran que el programa que posee mayor número de estudiantes en situación de riesgo es Regencia en farmacia con 35,2 %, así mismo se observó que predomina el estrés moderado con 47,3%. Se evidenció que las mujeres presentan mayores niveles de estrés severo en comparación a los hombres 5,4% de diferencia. Dentro de los factores que generan estrés el tiempo limitado para realizar los trabajos obtuvo el máximo puntaje 13,7%, al igual que la personalidad y el carácter de los profesores con 14,7%. Se concluye que el estrés académico puede ser generado por diversos factores y que este a su vez puede influir en el rendimiento académico de las estudiantes.

Palabras claves: estrés académico, bajo rendimiento académico.

ABSTRACT

The current Information has as major aim study about academic stress, so as some causes which produces and influence which have in the low academic performance of the students from Faculty of Health Sciences from University of Cordoba, reported in university wellness with low academic performance. The representative sampling was constituted for 55 students of Infirmary, Bacteriology, Pharmacy regency and health administration. To Reading the level of academic stress was employed the SISCO inventory of academic stress (Arturo Barraza Macias 2006), with the purpose to gauge the stress level, coping strategies and physical reactions, psychological and behavioral. The final results show that the program who have high level of students in risk situation is Pharmacy regency with 35,2%, and also show that have moderate stress with a 47,3%. Also show that woman have more stress level that the men, with 5,4% difference, Among the factors which generate stress its the limit time to do Works get a highest score with 13,7%. The personality and kind of teachers gets a 14.7%. We conclude that stress academic can be generate with some factors and this can be influence with the academic performance of the students.

It was evident that women have higher levels of severe stress compared to men 5,4% difference.

Key Words: Stress Academic, Low academic performance

INTRODUCCION

Según la Organización Mundial de la Salud¹, actualmente, cerca de 350 millones de personas sufren estrés y depresión en el mundo y se estima que para el año 2020 esta afección se convertirá en la segunda causa global de discapacidad. En Colombia, según el Tercer Estudio Nacional de Salud Mental, la prevalencia de los episodios de estrés de 8,6% para hombres y de 14,9% para mujeres, es decir, en este país, como en el mundo, existe una mayor prevalencia de estrés y síntomas depresivos en mujeres que en hombres, por lo que se deben adoptar medidas ante estas cifras. Sin embargo, no todos los estudiantes universitarios padecen estrés, pues la respuesta al estrés depende de la disposición personal para hacer frente a las demandas de la situación.

Por otra parte los estudiantes universitarios se encuentran en la etapa del ciclo vital de adolescencia tardía y es justamente allí, donde se acentúan algunos problemas que pueden alterar el equilibrio mental que no se presentan con tanta frecuencia en etapas previas, como los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad. Sumado a lo anterior, se ha considerado que las mayores exigencias académicas están presentes en la educación superior y son reconocidas por los estudiantes como uno de los factores que generan mayores niveles de estrés. En los estudiantes universitarios del área de la salud se ven influenciados por diversos factores, como son la adquisición de destrezas, el ritmo de estudio e intensidad horaria, la exigencia de los docentes, la competitividad entre compañeros, los cambios en los horarios de alimentación y el ciclo de sueño-vigilia, pueden alterar esas condiciones de salud, además la falta de tiempo para

¹ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Informe sobre salud mental en el mundo 2001. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/es/> (consulta: 27 de Marzo de 2015).

cumplir con las actividades académicas, la realización de exámenes y la exposición de trabajos en clase.

Teniendo en cuenta que el estrés se convierte en factor de riesgo, que influye negativamente en el estado de salud y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Córdoba, específicamente en la Facultad Ciencias de la Salud, es importante que las autoridades interesadas en la calidad de formación reconozcan o identifiquen los problemas que afectan a los estudiantes en riesgo académico para promover estrategias que propendan por la reducción o superación de esta condición.

Para la Universidad de Córdoba, los resultados del estudio le permitirán reconocer el nivel de estrés de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud e intervenirlos a través del programa de Bienestar Universitario en aquellos casos que lo requieran y así contribuir al mejoramiento de la calidad de vida. Es por ello que el equipo de investigadores pretendió resolver el interrogante ¿cuál es el nivel de estrés de los estudiantes reportados en riesgo académico a la unidad de Bienestar Universitario de la Facultad Ciencias de la Salud?

1. OBJETIVOS

1.1. GENERAL

Determinar el nivel de estrés de los estudiantes reportados en situación de riesgo académico en Bienestar Universitario de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba, mediante la aplicación de diversos instrumentos (Inventario SISCO del estrés académico, Entrevista sociodemográfica) útiles para la recolección de datos, con el fin de conocer la repercusión de estos en el rendimiento académico.

1.2. ESPECÍFICOS

Identificar el estrés en los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba.

Describir las principales causas que generan estrés en los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud.

Describir la relación entre el estrés y el promedio académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud.

2. REFERENTE TEÓRICO

2.1. MARCO REFERENCIAL

Desde hace varios años, se han llevado a cabo investigaciones que intentan determinar sistemáticamente el nivel de estrés y depresión que pueden llegar a padecer los estudiantes universitarios, haciendo uso de diversos instrumentos, con el fin de medir estos trastornos.

Entre los investigadores que han estudiado el tema se encuentra uno de los pioneros en abordar el estudio del estrés académico, el cual fue Jackson², quien destaca algunos aspectos del contexto académico que pueden presionar de forma excesiva al estudiante; entre ellos se encuentra, el gran número y variedad de materias, así como de actividades y tareas que se deben realizar, la evaluación que el profesor desde su posición de poder, hace de su comportamiento y rendimiento académico.

En ese mismo sentido, el estudio elaborado por Wolf, Kissling y Burgess³, quienes tomaron una muestra de estudiantes de tercer a sexto semestre de Ciencias de la Salud, encontraron que las experiencias negativas señaladas con mayor frecuencia fueron; la sobrecarga de tareas, la gran cantidad de tiempo dedicado al estudio, falta de tiempo libre, clases aburridas o mal impartidas y los exámenes.

² JACKSON P. La vida en aulas. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.

³ WOLF T, KISSLING G, BURGESS L. Características de estilo de vida durante la escuela de medicina: un estudio de cuatro años de la sección transversal. Informes psicológicos, 1986; 59: 179-189.

Para medir el estrés académico de los universitarios, se diseñó un instrumento estandarizado, el cual fue elaborado en el contexto británico por Abouserie⁴, encontrando que la principal causa de estrés eran los exámenes y los resultados de los mismos, seguido de la sobrecarga de trabajo, la cantidad de contenidos a aprender y la necesidad de obtener buenos resultados, respectivamente. Otros aspectos de naturaleza más social, como los problemas económicos o la falta de tiempo para dedicárselo a la familia y amigos, también resultaron ser importantes fuentes de estrés entre los universitarios.

Dentro de los factores que influyen en la aparición del estrés que se relacionan directamente con el proceso de enseñanza-aprendizaje, se ha concedido una especial relevancia al papel que desempeñan las relaciones sociales establecidas por los individuos que forman parte del grupo, y especialmente a las de los estudiantes entre sí. “El respaldo social es muy importante en la actividad diaria del estudiante, que se fundamenta en la ayuda mutua, la empatía y el reconocimiento de los profesionales y de los compañeros que trabajan simultáneamente”⁵.

Asimismo, investigadores como Gupchup, Borrego y Konduri⁶, desarrollaron un estudio que relacionó el estrés y la calidad de vida de estudiantes de Farmacia en la Universidad de Nuevo México, entre sus hallazgos mencionan que las mujeres presentan mayor intensidad de estrés y por lo tanto, experimentan una salud mental de menor calidad; aunque en el componente físico de la calidad de vida, no hallaron diferencias entre hombres y mujeres.

⁴ ABOUSERIE R. Fuentes y niveles de estrés relacionado con la autoestima en estudiantes universitarios. *Educ Psychol*, 1994; 14: 323-330.

⁵ HERNÁNDEZ J, POZA C, Y POLO A. La ansiedad ante los exámenes. Un programa para su tratamiento de forma eficaz. Valencia. Promolibro.1994.

⁶ GUPCHUP G, BORREGO M, Konduri N. El impacto de la vida estudiantil relacionada con la calidad de vida. *Coll Student J*, 2004; 38(2): 292-392.

Por otra parte Ticona⁷, elaboro un estudio sobre las conductas de afrontamiento frente al estrés en adolescentes universitarios concluyendo que el 42.1% de los estudiantes presentaron estrés severo, predominando en el sexo masculino. Dentro de las conductas de afrontamiento que adoptaron en su tiempo libre se encuentran: escuchar música (79.5%), lectura (58.7%) y la práctica de un deporte (62.2%); entre los modelos de consumo los más frecuentes fueron el consumir dulces (85.9%) y bebidas alcohólicas (39.2%).

El sistema educativo actual en el que los estudiantes son constantemente evaluados para superar niveles de educación, provoca estados de tensión y frustración, por las exigencias académicas implícitas en su preparación, así como la proximidad y el fracaso experimentado en los exámenes, la sobrecarga curricular, ausencia de pausas entre clases, exceso de responsabilidad y tiempo limitado para hacer los trabajos.

En Perú, Bustamante, Cabrera, Alarcón y Monge⁸, realizaron una investigación con una muestra de 98 estudiantes de medicina, con el fin de evaluar la depresión y el estrés académico. Concluyendo que existen mayores niveles de trastornos en estudiantes de primer año que en estudiantes de cuarto año, siendo estos resultados significativos. Los principales generadores de estrés reportados fueron, la sobrecarga académica, la falta de tiempo para cumplir las actividades académicas y la realización de exámenes.

⁷ TICONA S, PAUCAR G, LLERENA G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería – UNAS. Arequipa 2006. Universidad Nacional de San Agustín. Enferm Glob. 2010 jun.19; 1-18

⁸ BUSTAMANTE C, CABRERA D, CABRERA M, ALARCÓN W, MONGE E. estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año UNMSM. [en línea]. Perú. 2000. Disponible: http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Anales/v62_n1/Ansiedad.htm.

En Chile, un estudio elaborado con una muestra de estudiantes de Odontología, Enfermería, Psicología y Medicina, realizada por Marty, Lavín, Figueroa, Larrain y Cruz⁹, evidencio un nivel de estrés académico del 36.3%, la prevalencia de estrés leve en esta muestra fue de 33.3% y de estrés moderado 3%, no hubo casos de estrés severo. La prevalencia de estrés total en mujeres fue de 40.5% y en hombres de 30.1%.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, se presume que la mayor prevalencia de estrés y trastornos emocionales en estudiantes del área de la salud, ha sido un tema de preocupación por diversos investigadores en distintos países, evidenciado por diversas opiniones.

La investigación realizada por Gorguet, Del Toro, Pérez y Ramos¹⁰, con estudiantes de Ciencias de la Salud con bajo rendimiento académico, reporto altos niveles de estrés en los estudiantes, sobre todo en el sexo femenino, así como también las situaciones que generaban estrés, como; la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, las evaluaciones de los profesores, exámenes, ensayos y trabajos de investigación, seguidas de tiempo limitado para realizar trabajos.

En Venezuela, en el 2008 Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza y Bagés¹¹, efectuaron una investigación que tuvo como finalidad evaluar el estrés académico, el apoyo social y su relación con la salud mental y el rendimiento académico en 321 estudiantes universitarios de carreras de la salud en Caracas. Los resultados indicaron que las condiciones favorables de salud mental están asociadas con un mayor apoyo social y un menor estrés académico.

⁹ MARTY C, LAVÍN M, FIGUEROA M, LARRAÍN D, CRUZ C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Rev Chil Neuro-psiquiatr, 2005; 43 (1): 25-32.

¹⁰ DEL TORO A, GORGUET C, PÉREZ Y, RAMOS D. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. Medisan 2011; 15(1).

¹¹ FELDMAN L, GONCALVES L, CHACÓN G, ZARAGOZA J, BAGÉS N Y DE PABLO J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Univ Psychol, 2008; 7(3): 739-751.

Por su parte González, Fernández y Freire¹², tenían como propósito estudiar los estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud, los resultados de este trabajo revelaron que los exámenes y las intervenciones en público, son las dos situaciones académicas percibidas como más estresantes. Estos resultados sugieren que las situaciones más directas y claramente relacionadas con la evaluación son las que generan un mayor estrés a las estudiantes, seguidas de los factores de sobrecarga y deficiencias metodológicas de los docentes.

Las estrategias de afrontamiento frente al estrés son consideradas factores protectores de la salud, ya que si son positivas se promueve un estilo de vida salutogénico, favoreciendo así la salud mental y la calidad de vida de las personas. Desde esta perspectiva, Díaz¹³, en su investigación sobre el estrés académico y afrontamiento en estudiantes de la salud, los resultados mostraron que los estilos de afrontamiento, predominantes fueron: la reinterpretación positiva y el crecimiento a partir de la elaboración de un plan de acción.

Mediante las investigaciones descritas, efectuadas en diferentes épocas y países, en torno a trastornos mentales a nivel académico en los estudiantes universitarios, demuestran la importancia que tiene su estudio, ya que su correcto enfrentamiento, permitirá mantener la motivación y el rendimiento académico.

¹² GONZÁLEZ R, FERNÁNDEZ R, FREIRE C. Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Fisioterapia. 2010; 32(04):51-8.

¹³ Díaz Y. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Rev Human Med. Camaguey, Cuba 2010; 10 (1).

2.2. MARCO TEÓRICO

La sociedad actualmente se encuentra inmersa en estilos de vida con permanentes estados de agitación producidos por la búsqueda continua y permanente del desarrollo sostenible, por esto, el ser humano en el afán de evolucionar y competir con las exigencias del mundo globalizado, requiere responder a las demandas que ofrecen los distintos escenarios de acción, ya sea familiar, laboral y en el campo educativo. Inevitablemente, las personas se involucran de manera directa e indirecta con lo que sucede en el medio en el cual se desenvuelve, generando respuestas y reacciones emocionales llamadas estrés.

Hipócrates a quien se le llamaba como el padre de la medicina, consideraba al estrés como un poder curativo de la naturaleza, es decir, la puesta en marcha de una serie de mecanismos biológicos, con el fin de que el hombre se defendiera de las agresiones provenientes del exterior, sin embargo, el término empezó a utilizarse en el siglo XIV para indicar dureza, tensión o adversidad¹⁴.

El concepto de estrés se introdujo formalmente en los textos de psicología a raíz de los estudios realizados en 1932 por García¹⁵, quien se interesó en los procesos de adaptación fisiológica del organismo e introdujo el concepto de homeostasis, describiendo el equilibrio entre el organismo y su ambiente físico.

¹⁴ ROJAS, E. (1998). La ansiedad como diagnóstico y superar el estrés, las fobias y las obsesiones. España: editorial temas de hoy.

¹⁵ GARCÍA, C. María de los Ángeles y OROZCO, L.L. Relación de Inteligencia Emocional con estilos de enfrentamiento que utilizan estudiantes Universitarios. Tesis para obtención de título en Licenciatura de Psicología. UNAM. México.

La literatura sostiene que el concepto de estrés, es una adaptación al castellano de la voz inglesa stress. Esta palabra apareció en el inglés medieval en la forma de distress, que a su vez provenía del francés antiguo “desstrese”. Pero se considera que el concepto de estrés fue introducido por primera vez en el ámbito de la salud en el año 1936 por Melgosa¹⁶, quién lo definió, como la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor o situación estresante, es la reacción del individuo ante las diferentes situaciones que se le presentan, la que conlleva a una serie de cambios físicos, biológicos y hormonales, y al mismo tiempo no le permite responder adecuadamente a las demandas externas.

Para explicar el tema, diferentes teorías del conocimiento, proporcionan un panorama, en el que sostienen que el ambiente físico y social son de gran relevancia en el impacto estresante y no exclusivamente para lo concerniente al comportamiento del individuo, sino al mismo tiempo en lo que significa en la salud en general y la calidad de vida de las personas.

Partiendo de las demandas del medioambiente, surge la definición de estrés académico, el cual se genera en un contexto de proceso educativo. Es de resaltar que “todos los organismos experimentan reacciones de estrés durante su vida, pero cuando dicha reacción se prolonga puede agotar las reservas del individuo y traducirse en una serie de dificultades que producen depresión y enfermedades crónicas, generando así el fracaso escolar o en el bajo desempeño académico”¹⁷.

¹⁶ MELGOSA, J. Sin Estrés (1ª. ed.). España: Editorial SAFELIZ, S.L.

¹⁷ PULIDO RULL, Marco Antonio, et al. Estrés académico en estudiantes Universitarios. Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011

Las personas con baja autoestima se perciben a sí mismas y perciben al mundo en forma pesimista. Las personas con poca autoestima y que se abrumen fácilmente por el estrés están predispuestas a la depresión. La exposición permanente al estrés puede dar lugar a diversas reacciones, entre las que se pueden encontrar las de tipo físico, psicológico, fisiológico y las comportamentales. Entre las reacciones psicológicas que puede manifestar una persona que se encuentra estresada, se han identificado alteraciones, tales como la depresión, la cual se define como un “trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer”¹⁸.

Cada vez que el individuo se ve sometido a una situación de estrés, se incrementa su actividad cardíaca, además de que se le seca la boca, le sudan las manos, y respira de forma entrecortada. Si esta situación se prolonga en el tiempo, se alteran las funciones fisiológicas normales, por lo que la persona podría sufrir una depresión.

Aunque muchas veces se usan cotidianamente como sinónimos, conviene no confundir entre los términos "depresión" (enfermedad de larga duración y estrés – reacción fisiológica del organismo). Sólo un médico puede determinar qué sufre cada persona.

Según un estudio publicado de la universidad de Washington publicado en Nature, el proceso molecular mediante el cual el estrés se convierte en una depresión tiene que ver con un péptido que se llama hormona liberadora de corticotropina (CRH). Al parecer, ésta se sintetiza en el cerebro y afecta a la liberación de dopamina en el núcleo accumbens, región del cerebro que se relaciona con el placer, y también con la motivación y el comportamiento en sociedad.

¹⁸ DEL CAMPO, ELIZABETH VARGAS MARTÍN y DEL GRUPO PARLAMENTARIO, DELPAN. Con punto de acuerdo, por el que se exhorta a la SSA a emprender acciones para que la opinión pública adquiera conciencia sobre los efectos de la depresión clínica, ya promover la atención oportuna, a cargo de la diputada.

Cuando se libera esta dopamina, a consecuencia de que la CHR se haya unido a un receptor cerebral, se produce una sensación placentera. Pero esta operación se interrumpe cuando el estrés se alarga en el tiempo. Cuando la dopamina ya no se libera, tampoco se sigue produciendo la sensación de bienestar. De esta forma, el afectado deja de interesarse por lo que ocurre alrededor, y entra en un estado depresivo

2.2.1. Estrés: El estrés es el mecanismo general con que el organismo se adapta a todos los cambios, influencias, exigencias y tensiones a que pueda estar expuesto. Se trata, por lo tanto, de un proceso de adecuación de los seres humanos a su entorno, que no tiene que ser negativo. La motivación para realizar una tarea irá siempre acompañada de una dosis positiva de estrés

2.2.2. Fases del estrés: el estrés está constituido por diversas fases, entre las cuales se encuentra:

- **Fase de alerta:** reacción ante una amenaza percibida.
- **Fase de resistencia:** el organismo se adapta adoptando mecanismos de resistencia o de defensa ante los factores que constituyen el estrés.
- **Fase de agotamiento:** el estrés adquiere bastante intensidad o se prolonga en el tiempo. Aparecen las alteraciones psicosomáticas.

2.2.3. Factores de riesgo: es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión.

- **Factores psicológicos:** los efectos del estrés varían según los individuos. La valoración que hace un individuo de un determinado estímulo para considerarlo o no estresor depende de una serie de aspectos personales, formas de comportarse y maneras de pensar.

- **Personas ansiosas:** que de forma constante y frecuente se sienten ansiosas o manifiestan ansiedad, están más predispuestas a inquietarse ante situaciones que le provocan incertidumbre.
- **Formas de pensar:** a la hora de valorar una situación como estresante entra en juego tanto la forma de pensar que poseamos como los aspectos emocionales.
- **Tolerancia a la ambigüedad:** la persona con alta tolerancia a la ambigüedad cierra menos las diversas consideraciones de los diferentes aspectos relacionados con un estímulo o situación, de forma que sus procesos interpretativos son más ricos y potencialmente más fructíferos. También repercutirá en la consideración de estrategias y respuestas de afrontamiento; todo ello implica en cierta medida una mayor flexibilidad frente a una mayor rigidez de los individuos con baja tolerancia.
- **Tipo A:** se ha encontrado que las relaciones entre este patrón y el riesgo a padecer del corazón aparece sólo en trabajadores del “cuello blanco”, mientras que en trabajadores de “mono azul” este patrón está relacionado con el incremento de accidentes u otras enfermedades.

2.2.4. Causas generadoras de estrés: dentro de las causas que generan estrés se encuentran los factores físicos y factores emocionales, los cuales son:

Factores físicos estresantes

- Exposición a productos químicos.
- Ruido.
- Sobreesfuerzo.
- Malas posturas.
- Temperaturas extremas.
- Hacinamiento.
- Hambre.

- Falta de sueño.

Factores emocionales y mentales

- Mudanzas y obras en casa.
- Exámenes.
- Problemas de pareja.
- Desempleo.
- Muerte o enfermedad grave de un ser querido.
- Retos en el trabajo.
- Discusiones laborales o familiares.
- Competitividad.
- Falta de tiempo para realizar tareas y para dedicar al ocio.

En el ámbito académico existen diversas situaciones que pueden dar origen al estrés, dentro de estos factores se encuentran:

- Realización de un examen.
- Exposición de trabajos en clase.
- Intervención en el aula (responder a una pregunta del profesor, realizar preguntas)
- Sobrecarga académica (excesivo número de créditos, trabajos obligatorios).
- Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas.
- Competitividad entre compañeros.
- Realización de trabajos obligatorios para aprobar la asignatura (búsqueda del material necesario, redactar el trabajo).
- Trabajos en grupo.

2.2.5. Locus de control

Se refiere a la creencia generalizada que los acontecimientos de la vida son controlados por las propias acciones (locus interno) o por fuerzas externas (locus externo). Una consideración más precisa sugiere que los internos son más propensos a experimentar estrés cuando son incapaces de ejercer el control que creen que tienen, y los externos se sienten especialmente amenazados cuando tienen la capacidad de ejercer control sobre lo que está ocurriendo. De alguna manera la probabilidad de experimentar estrés se incrementa cuando las creencias y la realidad son incongruentes.

2.2.6. Estrés académico

Este complejo fenómeno implica la consideración de variables interrelacionadas, como: estresores académicos, experiencia subjetiva de estrés, moderadores del estrés académico y finalmente, efectos del estrés académico. Todos estos factores aparecen en un mismo entorno organizacional. En particular, este entorno sobre el que se centra esta investigación, representa un conjunto de situaciones altamente estresantes debido a que el individuo puede experimentar, aunque sólo sea transitoriamente, una falta de control sobre el nuevo ambiente, potencialmente generador de estrés y, en último término, potencial generador con otros factores del fracaso académico universitario.

Son muchos los factores que pueden generar estrés y depresión en un individuo. “En el contexto universitario se considera que la aparición de dichos trastornos está relacionada con la sobrecarga de trabajos, la realización de exámenes, y exposiciones, afectando por ende el rendimiento académico de los estudiantes”¹⁹.

¹⁹ BERRÍO GARCÍA, Nathaly y MAZO ZEA, Rodrigo. Estrés académico. En: REVISTA DE PSICOLOGÍA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA. vol. 3, no. 2, p. 65-82.

2.3. MARCO LEGAL

Dentro del marco legal se encuentra la Ley 1616 del 21 de enero de 2013, la cual se aplica en el Sistema General de Seguridad Social en Salud, específicamente al Ministerio de Salud y Protección Social, Superintendencia Nacional de Salud, Comisión de Regulación en Salud o la entidad que haga sus veces, las empresas administradores de planes de Beneficios las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud, las Empresas Sociales del Estado. Las Autoridades Nacionales, Departamentales, Distritales y Municipales de Salud, los cuales se adecuarán en lo pertinente para dar cumplimiento a lo ordenado en la ley.

En el artículo 4 de la misma ley se da a conocer la garantía en salud mental, en donde el Estado a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud garantizará a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental, atención integral e integrada que incluya diagnóstico, tratamiento y rehabilitación en salud para todos los trastornos mentales.

2.4. MARCO CONCEPTUAL

Nivel de estrés: es la exacerbación de los síntomas de estrés que aparecen como respuesta del organismo a la exposición de condiciones externas que perturban el equilibrio personal, una manifestación de este proceso es el deseo de huir de la situación lo cual dificulta, la concentración, trabajo y descanso de los estudiantes que manejan altos niveles de estrés.

Estudiantes reportados en situación de riesgo: Son aquellos estudiantes que durante el semestre académico no alcanzaron las competencias suficientes o tuvieron un rendimiento académico muy bajo con un ponderado general que oscila entre 3.0 a 3.2, por lo que son reportados a bienestar universitario para seguimiento y apoyo psicológico e identificar las causas.

Repercusión del estrés en el rendimiento académico : son todos los agentes externos que pueden influir o repercutir en la vida cotidiana estudiantil afectando el equilibrio personal y alterando el rendimiento académico.

Causas del estrés: las causas del estrés son diferentes para cada persona, es decir, ciertas situaciones que provocan estrés en un individuo pueden resultar insignificantes para otro. Cualquier tipo de cambio puede generar tensión, pero lo realmente significativo es la manera de afrontar ese cambio y cada persona tiene una tolerancia diferente a los problemas y un umbral del estrés distinto.

Influencia del estrés en el rendimiento académico: es la capacidad que tiene el cúmulo de actividades académicas para generar síntomas y signos de estrés entre los matriculados de los programas profesionales y la forma como se expresa en las calificaciones del promedio ponderado.

Estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud: Hablando específicamente del concepto de estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, se define como un grupo de personas que estudian el conjunto de disciplinas que proporcionan los conocimientos adecuados para la prevención de las enfermedades, la promoción de la salud y el bienestar tanto del individuo como de la colectividad.

Inventario SISCO (sistémico – cognoscitivo) del Estrés Académico:

El Inventario SISCO del Estrés Académico, que contiene 31 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Un ítem de filtro que, en términos dicotómicos (si-no), permite determinar si el encuestado es candidato o no a contestar el inventario
- Un ítem que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores numéricos (del 1 al 5, donde uno es poco y cinco mucho), permite identificar el nivel de intensidad del estrés académico.

- Ocho ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia en que las demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores.
- Quince ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia con que se presentan los síntomas o reacciones al estímulo estresor.
- Seis ítems que, en un escalamiento tipo Lickert de cinco valores categoriales (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), permiten identificar la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamientos.

3. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. TIPO DE ESTUDIO

Para efectos de la presente investigación se realizó un estudio de tipo descriptivo, transversal, con el fin de identificar, los factores que inciden en el rendimiento académico de los estudiantes en situación de riesgo de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba.

3.2. ESCENARIO DEL ESTUDIO

La investigación se desarrolló en la universidad de Córdoba, teniendo como escenario la Facultad Ciencias de la Salud, que se encuentra compuesta por 4 programas entre estos Enfermería, Bacteriología, Regencia en Farmacia y Administración en Salud.

3.3. POBLACIÓN MUESTRA Y UNIDAD ANÁLISIS

La población de referencia fueron 196 estudiantes reportados en riesgo a la Unidad de Bienestar Universitario de la Facultad Ciencias de la Salud en el periodo comprendido entre 09 de febrero y el 7 de julio de 2015.

El muestreo fue de tipo no probabilístico o por conveniencia debido a las particularidades de la población objeto de estudio. Los criterios de inclusión fueron:

Criterios de inclusión:

- Estar matriculado en la institución en alguno de los cuatro programas que conforman la Facultad Ciencias de la Salud.
- Estar reportado por riesgo académico en bienestar universitario.

- Tener disposición y colaborar frente en la presente investigación.

Criterios de Exclusión:

- Estar matriculado en la Universidad de Córdoba pero no en la Facultad Ciencias de la Salud.
- Estar matriculado en la Universidad de Córdoba en la Facultad Ciencias de la Salud pero no estar reportado por riesgo académico en bienestar universitario
- No tener disposición para trabajar en la investigación

Se evaluaron 61 estudiantes en riesgo académico matriculados en la Facultad de Ciencias de la Salud quienes acudieron a la convocatoria de selección, de los cuales 55 estudiantes reportados en riesgo cumplieron los tres criterios de inclusión y conformaron el tamaño de la muestra.

3.4. INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Los instrumentos y técnicas para recolectar la información consistieron en la aplicación de una encuesta previa a una prueba piloto, para la aplicación del instrumento. El Inventario SISCO (sistémico - cognoscitivo) del Estrés Académico, validado por Arturo Barraza Macías, dirigido a los estudiantes que conforman la muestra, en la cual se determinaron las características sociodemográficas, así como la identificación de factores protectores y de riesgo que pueden incidir en la prevención y desarrollo de situaciones que influyen en el bajo rendimiento académico de los estudiantes reportados en riesgo ante bienestar universitario.

Así mismo la información proporcionada por la Oficina de estadística de la Universidad de Córdoba fue de gran utilidad, puesto que a través de esta se conocieron algunos datos sobre la caracterización de la población tales como edad, sexo, entre otros.

Para calificar el test inventario SISCO del estrés académico, se procesó la información de cada estudiante en cada tabla y se calificó sumando los valores; con el total obtenido, se interpretaron los hallazgos así:

Aspecto en medición	Valores obtenidos	Interpretación
Niveles de estrés	5 - 10 11 – 20 21 - 25	Estrés leve Estrés moderado Estrés intenso
Demandas del entorno	8 - 16 17- 24 25- 32 33 - 40	Baja demandas del entorno Demandas moderadas del entorno Altas demandas del entorno Excesivas demandas del entorno
Síntomas y reacciones físicas	6-16 17 – 26 27 -36	Sintomatología leve Sintomatología moderada Sintomatología severa
Síntomas y reacciones psicológicas	5- 13 14 -22 23 - 30	Sintomatología leve Sintomatología moderada Sintomatología severa
Síntomas y reacciones comportamentales	4 – 10 11- 17 18 - 24	Sintomatología leve Sintomatología moderada Sintomatología severa
Estrategias de afrontamiento	5-13 13 – 21 22 -30	Afrontamiento apropiado Dificultades de afrontamiento Sin estrategias de afrontamiento

Métodos: cada inventario fue calificado individualmente, se tomaron las mediciones respectivas y posteriormente se agruparon para dar lugar a la información que se analiza en el presente estudio.

La información se presenta en tablas simples y de contingencia y gráficas de acuerdo con la información de cada variable.

3.5. ASPECTOS ÉTICOS Y LEGALES

La presente investigación está enmarcada según la Resolución 8430, la cual clasifico la investigación con riesgo mínimo, sin embargo se pudo movilizar emociones, durante la aplicación de los instrumentos, por lo cual se le solicitó un consentimiento informado (ver anexo A) a los estudiantes para tomar la información, con la ayuda de Bienestar Universitario, así mismo se les brindo a los estudiantes educación pertinente con respecto al tema.

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. CARACTERÍSTICAS DE LA MUESTRA

Tabla 1. Distribución de estudiantes por sexo

Sexo	Nº	%
Femenino	123	62,8
Masculino	73	37,2
Total	196	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

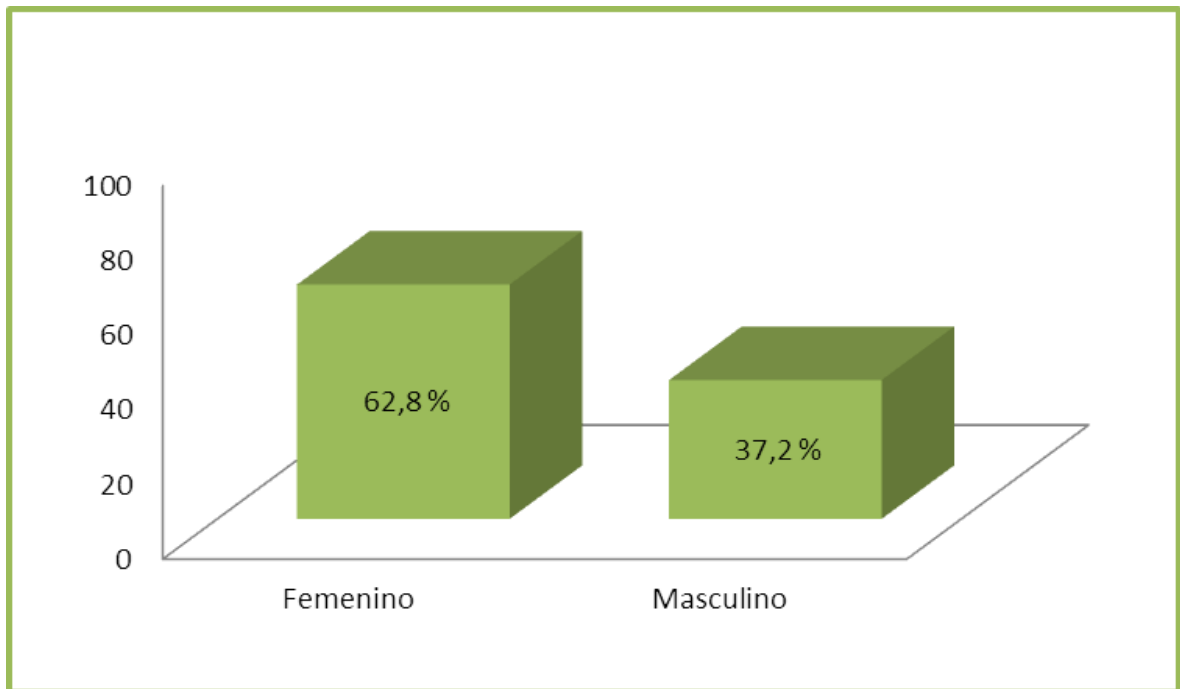
La distribución de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud en condición de riesgo académico corresponde a, 62,8% son de sexo femenino y 37,2% son de sexo masculino.

Se observa que entre los estudiantes en condición de riesgo académico participantes del estudio un tercio de ellos es de sexo masculino y la mayoría son de sexo femenino.

Esta distribución posiblemente se debe a que las profesiones adscritas a la Facultad de Ciencias de la Salud de manera habitual han sido asociadas con el sexo femenino como Enfermería y Bacteriología; en similar condición está el programa de Administración en Salud, lo cual ha podido incidir en la distribución de los resultados; los cuales en general pueden afectar el análisis del estrés académico pues las mujeres tienen otros compromisos familiares y personales que son susceptibles de estrés por otras causas.

Esta información es de utilidad para la Enfermería en Salud Ocupacional limitada al ejercicio académico universitario, entendiendo al estudio como una forma de ocupación susceptible de generar alteraciones psico-sociales o psico laborales entre los estudiantes.

Grafica 1.Distribución de estudiantes por sexo



Fuente: Base de datos Oficina de estadísticas de la Universidad de Córdoba

Para la investigación, los resultados de la distribución son de especial interés pues de acuerdo con investigadores como Gupchup, Borrego y Konduri²⁰, quienes encontraron que las mujeres presentan mayor intensidad de estrés y por lo tanto, experimentan una salud mental de menor calidad; de acuerdo con la distribución del presente estudio, habría una gran probabilidad de encontrar niveles de estrés entre las mujeres, lo cual obliga a realizar las mediciones por sexo para discriminar la influencia de esta variable en el estrés.

²⁰ GUPCHUP G, BORREGO M, Konduri N. El impacto de la vida estudiantil relacionada con la calidad de vida. Coll Student J, 2004; 38(2): 292-392.

Esta distribución por sexo de los estudiantes en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud es de relevancia para la investigación para determinar así los posibles factores que pueden estar generando estrés, las causas, y sintomatologías e intensidad en los dos sexos para realizar una comparación con diferentes autores que ya han estudiado estas dos poblaciones en relación al estrés académico.

Tabla 2. Número de estudiantes por edad

Edad (años cumplidos)	Nº	%
16 a 18	35	17,9
19 a 21	89	45,4
22 a 24	43	21,9
25 a 27	20	10,2
28 a 32	8	4,1
34 y más	1	0,5
Total	196	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

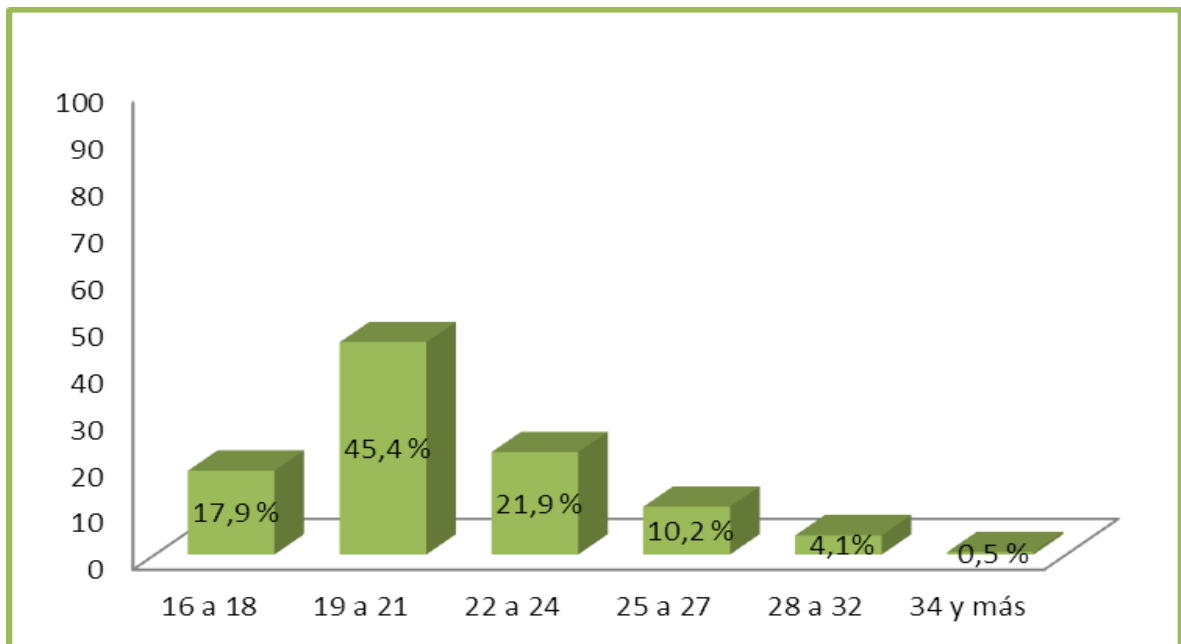
La edad de los estudiantes en condición de riesgo académico adscritos a los diversos programas que ofrece la Facultad Ciencias de la Salud corresponde a un rango entre 16 y 34 años, la edad promedio correspondió a 21,2 años, la moda fue de 21 años y la mediana de 21. La distribución por grupo de edad muestra que 45,4% está entre los 19 y 21 años, 21,9% se encuentran entre los 22 a 24 años y 17,9% se encuentra entre los 16 a 18 años.

Al interpretar la distribución, se aprecia que de acuerdo con los grupos de edades los estudiantes en condición de riesgo académico predominan el rango de adolescencia y adolescencia tardía (19 a 24 años) con 67.3% el resto de edades se distribuye con menos frecuencia con porcentajes muy bajos.

Esta situación puede deberse a que los adultos jóvenes tal vez por el grupo de edades los estudiantes tienen otros compromisos y responsabilidades asociadas como los familiares, y económicos que afectan su capacidad de rendimiento académico.

Para Enfermería, es de interés conocer estos resultados porque se determina el ciclo vital donde encuentra el mayor número de estudiantes (adolescencia y adolescencia tardía), conociendo esto la división de Bienestar Universitario puede intervenir con apoyo y educación ya que durante estas etapas es donde más se presentan problemas tanto familiares como personales.

Gráfica2. Número de estudiantes por edad



Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

Entre los investigadores que han estudiado el tema se encuentra uno de los pioneros en abordar el estudio del estrés académico, el cual fue Jackson²¹, quien destaca algunos aspectos del contexto académico que pueden presionar de forma excesiva al estudiante.

Por otra parte Gutiérrez²², plantea que los estudiantes universitarios se encuentran en la etapa del ciclo vital de adolescencia tardía y es justamente allí, donde se acentúan algunos problemas que pueden alterar el equilibrio mental que no se presentan con tanta frecuencia en etapas previas, como los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad.

Sumado a lo anterior, se ha considerado que las mayores exigencias académicas presentes en la educación superior, son reconocidas por los estudiantes como uno de los factores que generan mayores niveles de estrés esto se ve evidenciado en la investigación en el alto número de estudiantes que se encuentran reportados en Bienestar Universitario en la Facultad Ciencias de la Salud y que se ubican en la etapa de adolescencia y adolescencia tardía.

Dentro de las características personales que podrían estar influyendo en los resultados obtenidos se encontraron entre las más comunes para la etapa y ciclo vital donde se encuentra la población estudiantil dentro de estas características la falta de exigencia de sí mismo, la impuntualidad, trabajo, la eficiencia y el orden en el estudio, características entre muchas otras pueden influir de alguna manera en el rendimiento académico.

²¹ JACKSON P. La vida en aulas. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.

²² GUTIÉRREZ RODAS, Javier Antonio, et al. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. En: CES MEDICINA. vol. 24, no. 1, p. 2

4.2. CARACTERÍSTICAS ACADÉMICAS

Tabla 3. Número de estudiantes por semestre

Semestre	Nº	%
Primero	6	3,1
Segundo	44	22,4
Tercero	37	18,9
Cuarto	31	15,8
Quinto	34	17,3
Sexto	19	9,7
Séptimo	12	6,1
Octavo	4	2,0
Noveno	6	3,1
Décimo	3	1,5
Total	196	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

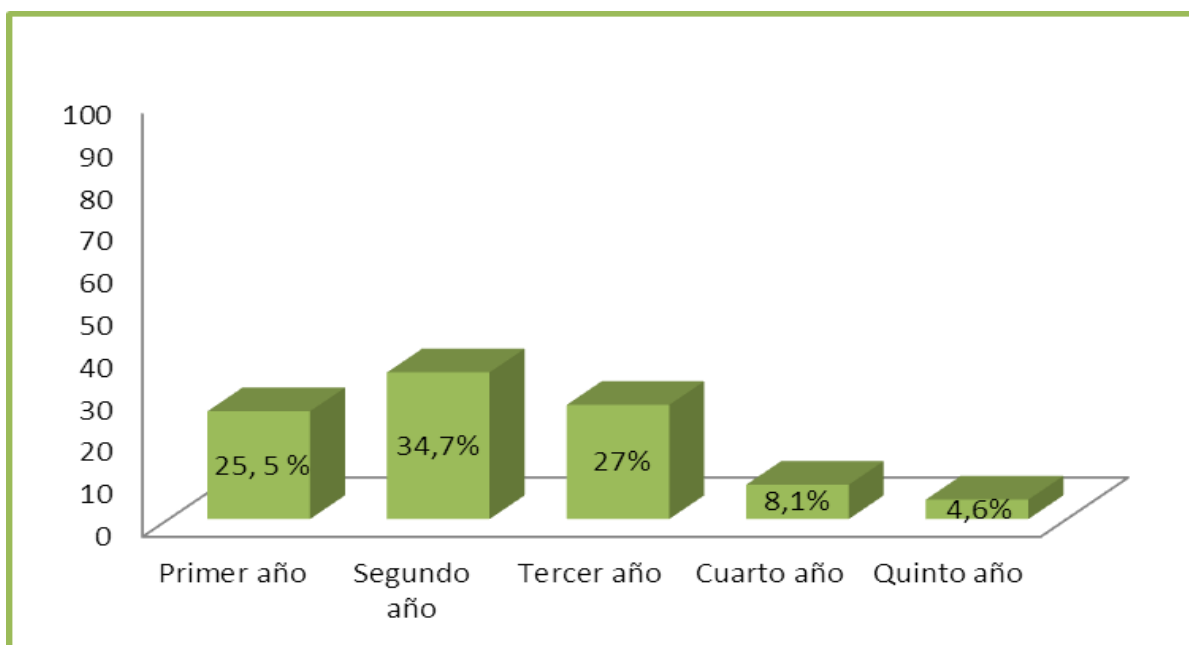
La distribución de los estudiantes con bajo rendimiento académico de la Facultad Ciencias de la Salud según semestre que cursa, corresponde a 22,4% segundo semestre, 18,9% tercer semestre y 17,3 % quinto semestre.

Al interpretar la información se identifica que los semestres segundo, tercero y quinto son los que aglomeran el 58.6% de los estudiantes valorados por presentar riesgo académico; el resto se distribuye con menores frecuencias en los semestres restantes.

Los resultados parecerían indicar que los estudiantes en riesgo están cursando los semestres de mayor carga académica, tareas y compromisos en la Facultad de Ciencias de la Salud que en general son los correspondientes al desarrollo de las áreas de ciencias básicas y básicas específicas de cada carrera que en general se ubica en los primeros cuatro semestres enunciados.

Para Enfermería, es de interés reconocer la validez de los resultados al interior del programa, considerando que cerca del 40% de los créditos obligatorios están ubicados en estos mismos semestres; para la división de Bienestar Universitario encargada del estudio de deserción y permanencia académica estos resultados pueden focalizar los semestres en los cuales se amerita un mayor acompañamiento al estudiante universitario.

Gráfica 3. Número de estudiantes por semestre



Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

Un estudio elaborado por Bustamante, Cabrera, Alarcón y Monge²³, evidenció que existen mayores niveles de trastornos en estudiantes de primer año, es decir en primer y segundo semestre que en estudiantes de cuarto año, o sea séptimo y octavo semestre, coincidiendo por tal con los resultados obtenidos en la presente investigación y considerándose además resultados significativos.

Tabla 4. Número de estudiantes en riesgo por cada programa

Programa	N°	%
Enfermería	42	21,4
Bacteriología	68	34,7
Tecnología en Regencia en farmacia	69	35,2
Administración en Salud	17	8,7
Total	196	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

El número de estudiantes pertenecientes a cada programa que ofrece la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba, reportados en Bienestar Universitario por presentar bajo rendimiento académico corresponde a, Enfermería 21,4%, Bacteriología 34,7%, Tecnología en regencia en farmacia 35,2% y Administración en salud 8,7%.

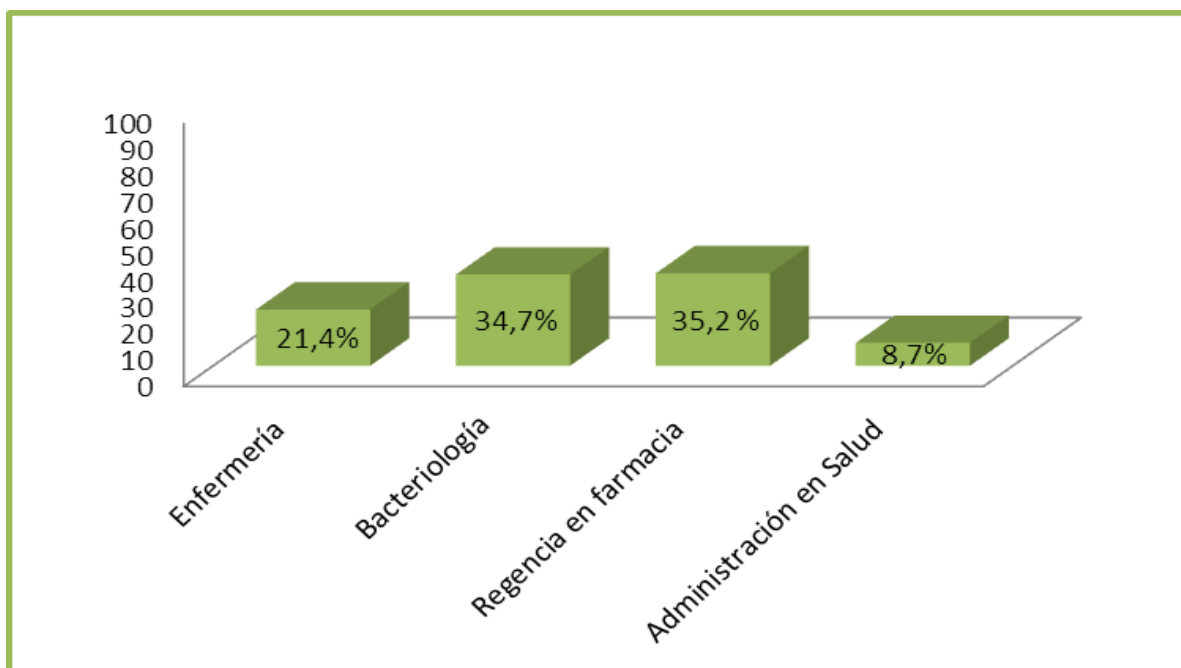
En el análisis de la información se observa que el programa con el número más alto de estudiantes reportados es Tecnología en regencia de farmacia programa en el cual se ubica más de la cuarta parte de la población total, seguido de Bacteriología, sumando estos dos programas se encuentra 69.9% de la muestra total de estudiantes en riesgo académico

²³ BUSTAMANTE C, CABRERA D, CABRERA M, ALARCÓN W, MONGE E. estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año UNMSM. [en línea]. Perú. 2000. Disponible: http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Anales/v62_n1/Ansiedad.htm.

Los resultados se pueden interpretar de diferentes maneras una de ellas, son las exigencias y competencias de las diferentes carreras dependiendo el número de créditos por carrera y el contenido temático, y en contra de lo esperado se observa que las carreras con mayor número de créditos y semestres son las que agrupan el mayor número de estudiantes en riesgo; también podría interpretarse en el sentido de las exigencias de tiempo y de trabajo académico.

Esta distribución por programa es importante para Bienestar Universitario por que le da argumentos sostenibles para intervenir a los estudiantes de las carreras con el mayor número de estudiantes reportados en Bienestar Universitario y así realizar acompañamiento continuo para determinar las posibles causas que puedan estar influyendo en su rendimiento académico.

Gráfica 4. Número de estudiantes en riesgo por cada programa



Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

En la investigación se evidencia que el número de estudiantes en riesgo varía según el plan de estudio y número de créditos como plantea Jackson²⁴; que entre las diferentes carreras se encuentra, el gran número y variedad de materias, así como de actividades y tareas que se deben realizar, la evaluación que el profesor desde su posición de poder, hace de su comportamiento y rendimiento académico.

Tabla 5. Promedio general de los estudiantes en riesgo académico

Promedio general	N°	%
3.0	40	20,4
3.1	50	25,5
3.2	106	54,1
Total	196	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

El promedio general que presentan los estudiantes que poseen bajo rendimiento académico, matriculados en los diversos programas de la Facultad Ciencias de la Salud permite identificar que 20,4% tienen un promedio (aritmético ó ponderado) de 3,0, seguido de 25,5% con promedio de 3,1 y finalmente 54,1% que presentan promedio de 3,1.

Se observa más de la mitad de los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico tienen un promedio de 3,2, lo cual pudo ser resultado de algunas dificultades o deficiencias de aprendizaje que se reflejan en las calificaciones obtenidas.

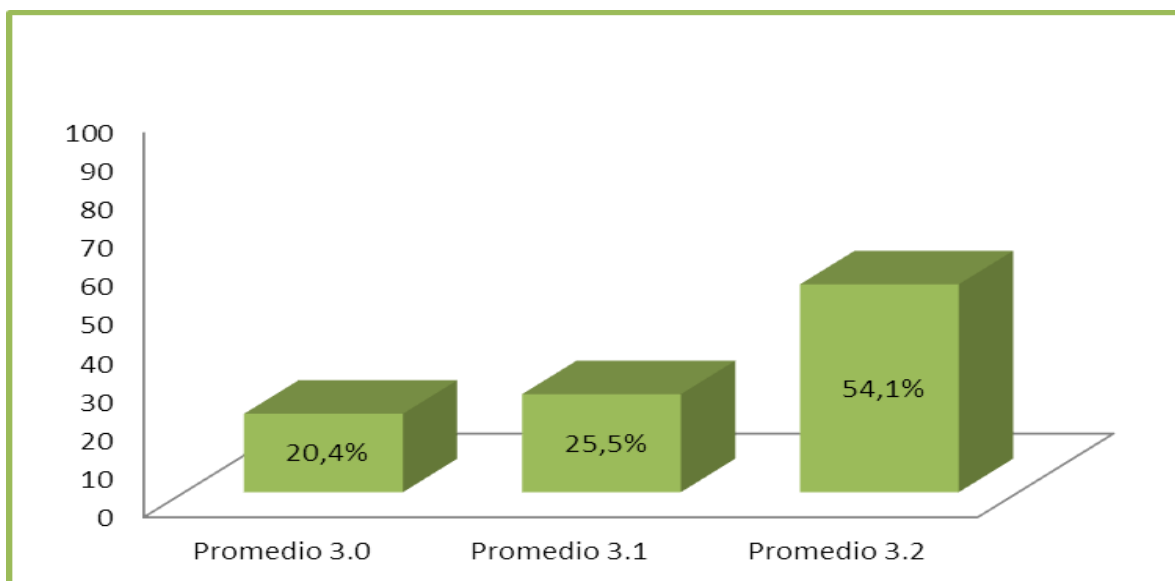
En la muestra se evidencia que sí existen distintos factores que inciden en el rendimiento académico; los cuales pueden ir desde la dificultad propia de comprender los contenidos de algunas asignaturas, hasta la forma y número de las estrategias de evaluación en las que pueden predominar exámenes y tareas,

²⁴ JACKSON P. La vida en aulas. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.

muchos de los cuales suelen coincidir en una fecha debido a la demarcación de la temporada de parciales en el calendario académico; entonces son muchos los motivos que podrían conllevar a un estudiante a presentar un pobre rendimiento académico.

La información de la presente investigación es de gran importancia para Bienestar Universitario, ya que gracias a esta se podrá implementar planes de acción colectiva con los estudiantes para determinar las razones que inciden en que los estudiantes se encuentran en situación de riesgo, así como también brindarles apoyo continuo e implementar jornadas ocupacionales de relajación.

Gráfica 5. Promedio general de los estudiantes en riesgo académico



Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

Se evidencia en los resultados obtenidos en la investigación que la mayoría de los estudiantes reportados en Bienestar Universitario, tienen promedio de 3.2 por lo cual tienen mucha relevancia la investigación realizada por Gorguet, Del Toro, Pérez y Ramos²⁵, con estudiantes de Ciencias de la Salud con bajo rendimiento académico, el cual reporto altos niveles de estrés en los estudiantes.

Tabla 6. Promedio general por sexo

Valores de promedio	Sexo			
	Masculinos		Femeninos	
	Nº	%	Nº	%
3.0	12	16,4	28	22,8
3.1	19	26,0	31	25,2
3,2	42	57,5	64	52,0
Total	73	100	123	100

Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

El promedio general por sexo de los estudiantes en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud corresponde a 52.0% del sexo femenino con promedio general de 3.2, seguido de 25.2% con promedio de 3.1 y 22.8% con promedio de 3.0, en cuanto al sexo masculino se tiene 57.5% con promedio general de 3.2, seguido de 26.0% con promedio de 3.1 y 16.4% con promedio de 3,0.

A partir de la investigación realizada, se evidencia que el sexo masculino presenta gran número de estudiantes con promedio de 3,2, mientras que en el sexo femenino predomina un promedio de 3,0.

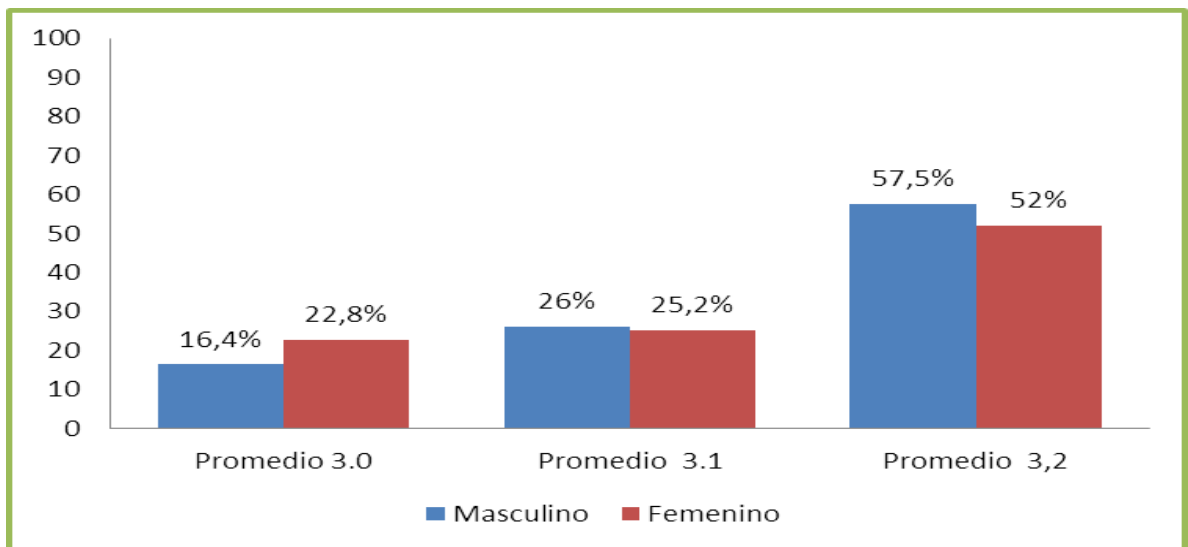
Por lo dicho anteriormente se entiende que el sexo femenino actuaría como un factor personal, pues las mujeres presentan un promedio académico con cifras

²⁵ DEL TORO A, GORGUET C, PÉREZ Y, RAMOS D. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. Medisan 2011; 15(1).

inferiores al promedio de los hombres (6.4% de diferencia); esta situación se debe a que tal vez, éstas son más susceptibles a diferentes situaciones las cuales afectan al individuo y traen consigo la disminución del rendimiento académico.

Para la Universidad de Córdoba es fundamental conocer las causas por las cuales las mujeres presentan un menor promedio que el de los hombres.

Gráfica 6. Promedio general por sexo



Fuente: Base de datos de la Oficina de Estadísticas Universidad de Córdoba

investigadores como Gupchup, Borrego y Konduri²⁶,llevaron a cabo un estudio en el que se relacionó el estrés y la calidad de vida de algunos estudiantes de Farmacia en la Universidad de Nuevo México, entre sus resultados se observó que las mujeres presentan promedios académicos más bajos que los hombres, ya que estas experimentan una salud mental de menor calidad, influenciada por la susceptibilidad que las caracteriza aunque en el componente físico de la calidad de vida, no hallaron diferencias entre hombres y mujeres.

²⁶ GUPCHUP G, BORREGO M, Konduri N. El impacto de la vida estudiantil relacionada con la calidad de vida. Coll Student J, 2004; 38(2): 292-392.

Dentro de las características académicas que inciden en el rendimiento académico se encuentran las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación), sobrecarga de tareas y trabajos, el tipo de trabajo que piden los profesores y la personalidad y el carácter de los profesores.

4.3. CAUSAS QUE GENERAN ESTRÉS

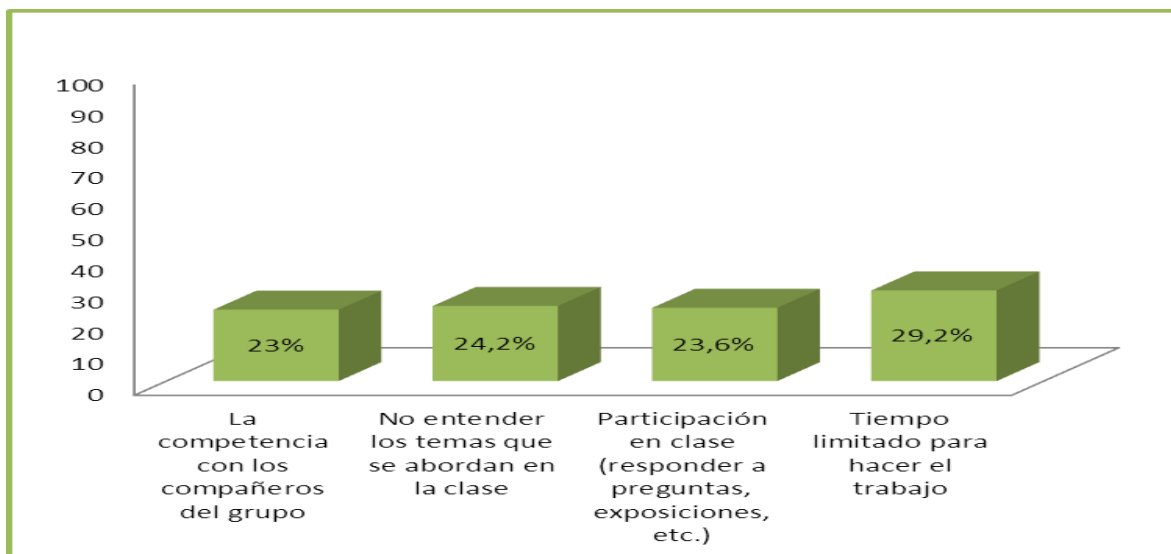
Al analizar las tablas que para efectos del estudio se subdivide en factores personales y académicos se observa que las situaciones más estresantes para los estudiantes reportados en riesgo académico son las relacionadas con la personalidad y metodología de los docentes que aglomeran un 42.9% del total de situaciones. En consecuencia entre el 10.8% y 13.7% de los estudiantes reconocen en el inventario SISCO la presencia de factores personales que afectan el rendimiento académico.

Tabla 7a. Principales factores que generan estrés: Factores personales

Factores personales	Frecuencia	%
La competencia con los compañeros del grupo	41	23,0
No entender los temas que se abordan en la clase	43	24,2
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	42	23,6
Tiempo limitado para hacer el trabajo	52	29,2

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Grafica 7a. Principales factores que generan estrés: Personales



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

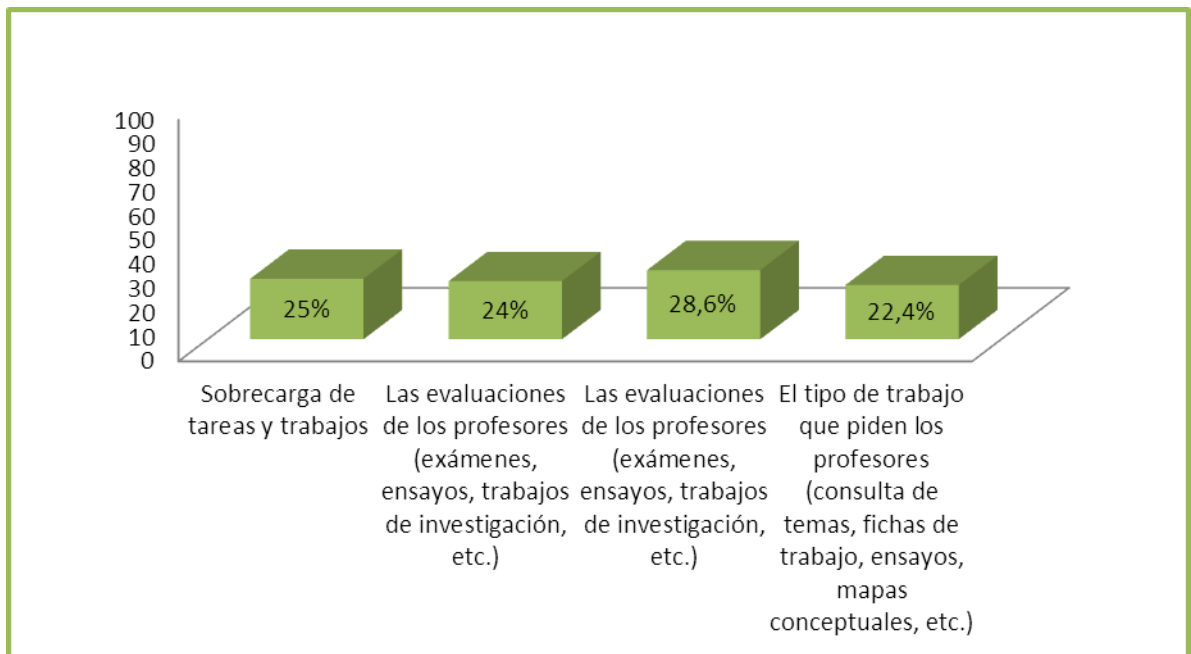
Entre 11.3% y 14.7% de los estudiantes que respondieron el inventario SISCO reportan la presencia de factores de orden personal.

Tabla 7b. Principales factores que generan estrés: Académico

Factores académicos	N°	%
Sobrecarga de tareas y trabajos	48	25,0
La personalidad y el carácter de los profesores	56	24,0
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	55	28,6
El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	43	22,4

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Grafica 7b. Principales factores que generan estrés: Académico



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Se observa que los resultados de todas las situaciones que generan estrés se concentran en la personalidad de los docentes y en su metodología que incluye el tiempo limitado para la entrega de trabajos, esto tiene mucha relevancia tomando como base las diferentes situaciones presentadas en la universidad que de una u otra manera repercuten en lo académico obligando a los docentes a tomar medidas de limitar el tiempo, buscar estrategias para cumplir el contenido temático.

Es importante para Enfermería conocer los diversos factores de tipo académico que influyen de manera directa o indirecta en el estudiantes y que puede dar origen al estrés, repercutiendo además en el rendimiento académico.

Diferentes investigaciones demuestran que la falta de tiempo por parte de los estudiantes para cumplir con las actividades académicas pueden ser causas de estrés como lo plantea Monzón²⁷, la sobrecarga, la realización de exámenes, la exposición de trabajos en clase y la realización de trabajos y tareas obligatorias, son eventos generadores de altos niveles de estrés. Jackson²⁸, plantea algunos aspectos del contexto académico que pueden presionar de forma excesiva al estudiante; entre ellos se encuentra, el gran número y variedad de materias, así como de actividades y tareas que se deben realizar, la evaluación que el profesor desde su posición de poder, hace de su comportamiento y rendimiento académico.

Por otra parte González, Fernández y Freire²⁹, tenían como propósito estudiar los estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud, los resultados de este trabajo revelaron que los exámenes y las intervenciones en público, son las dos situaciones académicas percibidas como más estresantes. Esto tiene mucha similitud con los resultados de la investigación donde se evidencia claramente que la personalidad de los docentes la falta de tiempo para cumplir labores y las evaluaciones son causas generadoras de estrés.

Las causas que se determinan en la presente investigación, las cuales son de gran influencia para generar estrés en la población estudiantil estudiada se encuentran situaciones tales como, la competencia con los compañeros de grupo, no entender los temas que se abordan en clase y el tiempo limitado para la realización de las actividades y trabajos los cuales suman un 46.9% como factores personales, el 53.1 % en factores académicos observamos que las situaciones más relevantes son sobrecarga de tareas, la personalidad de los docentes las evaluaciones y tipo de trabajo exigidos.

²⁷ MONZÓN, Isabel María MARTÍN. Estrés académico en estudiantes universitarios. En: APUNTES DE PSICOLOGÍA. vol. 25, no. 1, p. 87-99

²⁸ JACKSON P. La vida en aulas. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.

²⁹ GONZÁLEZ R, FERNÁNDEZ R, FREIRE C. Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. Fisioterapia. 2010; 32(04):51-8.

Tabla 8. Causas por años cumplidos

Demandas del entorno								
Edad	Baja	%	Moderada	%	Alta	%	Excesiva	%
16 a 18	2	20	4	16,0	1	7,1	1	16,7
19 a 21	1	10	10	40,0	8	57,1	1	16,7
22 a 24	4	40	6	24,0	3	21,4	2	33,3
25 a 27	3	30	2	8,0	1	7,1	1	16,7
28 a 32	-	-	2	8,0	1	7,1	1	16,7
34 y más	-	-	1	4,0	-	-	-	-

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

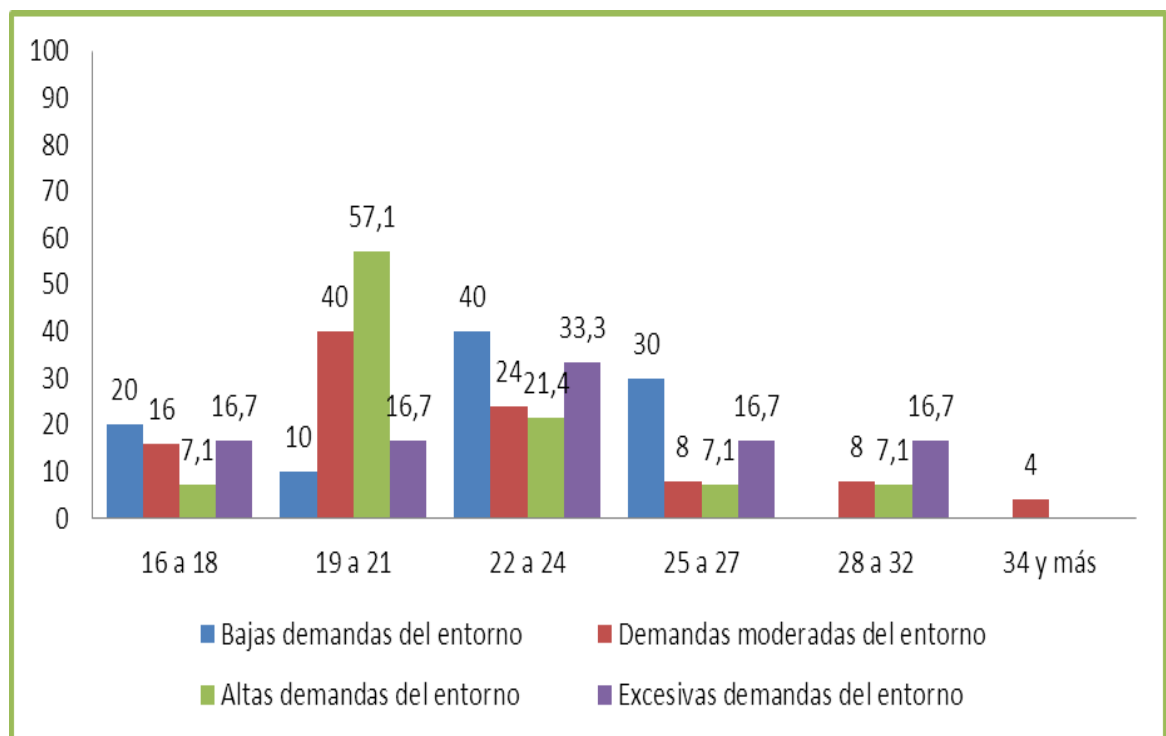
Las causas por edad que generan estrés según el inventario SISCO del estrés académico en los estudiantes reportados en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud, muestra que 57.1% es compatible con “altas demandas del entorno” seguido de 40% “demandas moderadas del entorno” en el rango de edad de 19 a 21 años y 33.3 % excesivas demandas del entorno en el rango de 22 y 24 años cumplidos.

Al interpretar la tabla se identifica que la población estudiada presenta “demandas moderadas del entorno”, en los rangos de edad de 16 a 34 años un 76% del resto de los porcentajes se encuentra dividido en bajas y excesivas “demandas del entorno”.

Los resultados evidencian que tanto jóvenes como adultos estudiantes de la Universidad están expuestos a las diferentes situaciones del entorno que de una u otra manera influyen generando estrés, evidenciándose en el rendimiento académico.

Es importante para Enfermería este resultado para motivar, apoyar a todos los estudiantes en compañía de Bienestar Universitario, con educación y seguimiento continuo ya que como área de la salud no estamos exceptos de todos estos factores que afectan la salud.

Grafica 8. Causa por edad



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Estos resultados tienen mucha similitud con lo planteado por Gutiérrez³⁰, quien afirma que “no todos los estudiantes universitarios padecen estrés” pues la respuesta al estrés depende de la disposición personal para hacer frente a las demandas de la situación. Es decir, cómo un individuo responde a los acontecimientos estresantes depende tanto de la disposición personal de dicho individuo como de la situación en la cual dichos acontecimientos suceden, por lo cual cada persona responde diferente a las demandas del entorno, como lo muestra nuestro estudio donde se evidencia que en todos los rangos de edades se puede presentar estresores dependiendo las demandas del entorno.

Tabla 9. Causas por programa

	Demandas del entorno							
	Bajas		Moderadas		Altas		Excesivas	
	N°	%		%		%		%
programas								
Enfermería	0	0	2	16,7	9	75	1	8,3
Bacteriología	4	22,2	10	55,6	2	11,1	2	11,1
Regencia en farmacia	5	35,7	8	57,1	1	7,1	1	7,1
Administración en salud	3	27,3	5	45,5	3	27,3	1	9,1

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

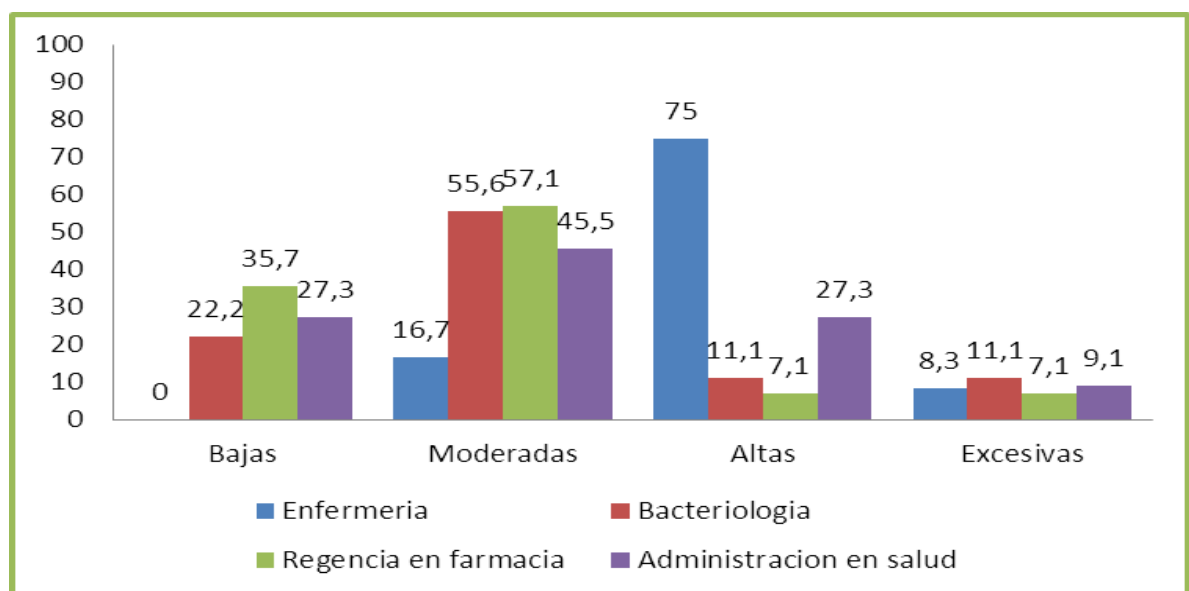
Las causas que generan estrés por programa en los estudiantes reportados en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud, según el inventario SISCO del estrés académico, arrojo como resultado que 75% de Enfermería presenta “altas demandas del entorno”, seguido de 57.1 % Regencia en farmacia con “moderadas demanda del entorno” y 55% bacteriología con demandas moderadas del entorno.

³⁰ GUTIÉRREZ RODAS, Javier Antonio, et al. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. En: CES MEDICINA. vol. 24, no. 1, p. 2

La interpretación de los resultados, permite identificar que en los cuatro programas existe coincidencia en demandas moderadas del entorno. Esto se debe a las diferentes cargas académicas y a la intensidad horaria de los diferentes programas, por lo cual hace que tengan similitud los cuatro programas porque de una u otra forma están expuestos a los mismos factores externos presentados en la universidad a pesar de que algunas carreras tienen mayor número de créditos no es mucha la diferencia entre los resultados de medición de las demandas del entorno entre los programas de la Facultad.

Para el Departamento de Enfermería sería de gran utilidad evidenciar este estudio en la población universitaria, con el fin de demostrar que los factores externos también puede repercutir en la vida académica, por lo cual se hace necesario el sistema apoyo educación en compañía con Bienestar Universitario para crear planes de atención a los diferentes programas y determinar las posibles causas que pueden estar afectando en dicho momento el desempeño de los estudiantes de los diferentes programas de la Facultad Ciencias de la salud.

Grafica 9. Nivel de las demandas del entorno por programa.



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Entre los resultados encontrados en la investigación se observa que las demandas moderadas del entorno ocupan el primer lugar con altos porcentajes; mayores para Regencia en Farmacia y Bacteriología; en tanto que las altas demandas del entorno son muy llamativas en Enfermería programa académico que obtuvo las cifras más altas.

Por otro lado, algunos factores psicosociales y elementos propios de la vida universitaria, también intervinientes en el estrés están asociados a un deterioro de la Salud Mental de los estudiantes, tales como la ansiedad y el estrés, los cuales han sido ampliamente estudiados, demostrándose su relación con dichos factores. Feldman, Goncalves, Chacón, Zaragoza y Bagés³¹, plantean que el apoyo social y su relación con la Salud Mental y el rendimiento académico en 321 estudiantes universitarios de carreras de la salud en Caracas, mostro que las condiciones favorables de salud mental están asociados con un mayor apoyo social y un menor estrés académico.

Tabla 10. Causas por semestre

Semestre	Demandas del entorno							
	Bajas	%	Moderadas	%	Altas	%	Excesivas	%
Primero	-	-	2	3,6	1	1,8	-	-
Segundo	-	-	3	5,5	2	3,6	1	1,8
Tercero	-	-	4	7,3	3	5,5	2	3,6
Cuarto	2	3,6	2	3,6	2	3,6	2	3,6
Quinto	-	-	-	0,0	2	3,6	1	1,8
Sexto	1	1,8	2	3,6	3	5,5	3	5,5
Séptimo	1	20	1	1,8	-	-	1	1,8
Octavo	-	-	-	-	2	3,6	2	3,6
Noveno	1	1,8	1	1,8	3	5,5	1	1,8
Decimo	-	-	-	-	2	3,6	2	3,6

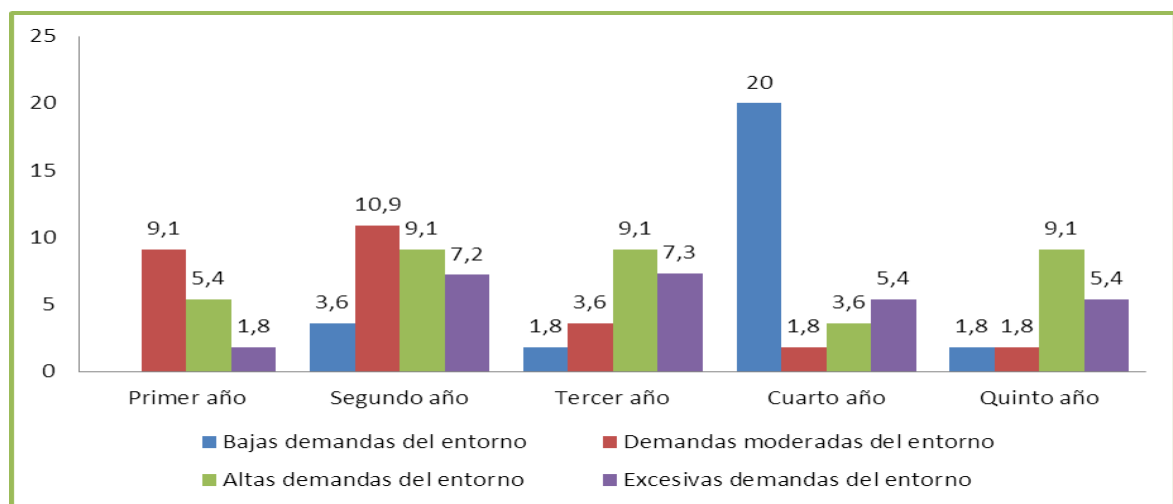
Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

³¹ FELDMAN L, GONCALVES L, CHACÓN G, ZARAGOZA J, BAGÉS N Y DE PABLO J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. Univ Psychol, 2008; 7(3): 739-751.

Las causas por semestre que generan estrés en los estudiantes reportados en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud, según el inventario SISCO del estrés académico, muestra que 7.3% del semestre tercero presentan demandas moderadas del entorno, 3.6 % en los semestres de tercero, cuarto, quinto y sexto con altas, moderadas y excesivas demanda del entorno seguido del 5.5% con igual distribución. Al interpretar la información se observa que con aparente independencia del programa académico las mayores causas de estrés por semestre se presentan entre segundo y sexto semestre.

Los resultados parecerían indicar que los estudiantes en riesgo están cursando los semestres de mayor carga académica, tareas y compromisos, debido a las diferentes exigencias de cada carrera y el cumplimiento de la temática por semestre, otra causa que puede estar influyendo es el tiempo limitado de los semestres y el cese de actividades en algunos días durante los semestres. Este resultado es importante para enfermería para determinar en qué semestre es donde más se ubican los mayores niveles de estrés para realizar intervenciones en pro de la salud mental de los estudiantes y obtener un mayor rendimiento académico.

Grafica 10. Causas por semestre



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Se identifica como se presenta la oscilación de las demandas del entorno en la medida en que se progresa por el mayor número de años cursados; las altas demandas del entorno académico inicia en cifras que luego casi se duplican en segundo año y se sostiene en la misma intensidad de segundo a quinto año (solo con la excepción del cuarto año; en el que se presenta el único pico estadístico de “bajas demandas del entorno”; en tanto que las demandas moderadas del entorno decrecen de manera sostenida en el tiempo; y las demandas “excesivas del entorno” predominan entre segundo y tercer año.

Los resultados de la investigación evidencian que toda la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba están expuesta a diferentes experiencias y estímulos externos que pueden afectar la vida académica como lo plantea Wolf, Kissling y Burgess³², quienes tomaron una muestra de estudiantes de tercer a sexto semestre de Ciencias de la Salud, encontrando que las experiencias negativas señaladas con mayor frecuencia fueron; la sobrecarga de tareas, la gran cantidad de tiempo dedicado al estudio, falta de tiempo libre, clases aburridas o mal impartidas y los exámenes.

Por otro lado en Perú, Bustamante, Cabrera, Alarcón y Monge³³, realizaron una investigación con una muestra de 98 estudiantes de medicina, con el fin de evaluar la depresión y el estrés académico. Concluyendo que existen mayores niveles de trastornos en estudiantes de primer año que en estudiantes de cuarto año, siendo estos resultados significativos. Que en relación con nuestra investigación tienen mucha similitud pues los resultados concuerdan en que los estudiantes con las mayores demandas del entorno se ubican entre el primer año

³² WOLF T, KISSLING G, BURGESS L. Características de estilo de vida durante la escuela de medicina: un estudio de cuatro años de la sección transversal. *Informes psicológicos*, 1986; 59: 179-189.

³³ BUSTAMANTE C, CABRERA D, CABRERA M, ALARCÓN W, MONGE E. estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año UNMSM. [en línea]. Perú. 2000. Disponible: http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Anales/v62_n1/Ansiedad.htm.

hasta cuarto año donde se evidencian los más altos porcentajes en la muestra estudiada.

Tabla 11. Reacciones físicas frente al estrés.

Síntomas y reacciones físicas	Número de estudiantes	%
Sintomatología leve	30	54,5
Sintomatología moderada	20	36,4
Sintomatología severa	5	9,1
Total	55	100

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

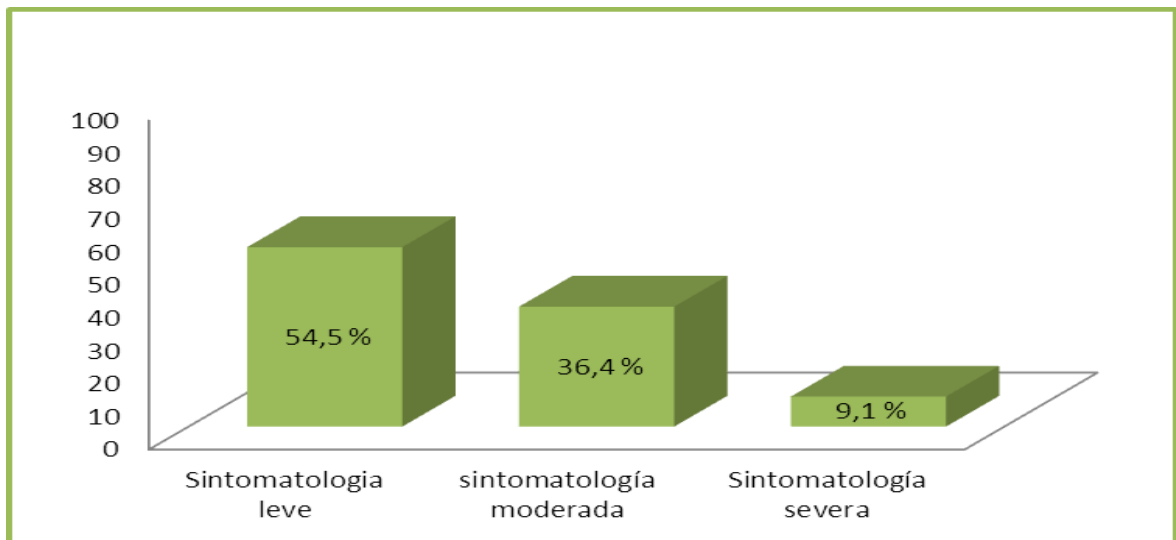
La distribución de las reacciones físicas frente al estrés que presentan los estudiantes reportados en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud, según el inventario SISCO del estrés académico, muestra que el 54.5 % presenta sintomatología leve, seguido de 36.4% con una sintomatología moderada y 9.1 % sintomatología severa

Al interpretar la información se puede evidenciar que el 90.8 % de la muestra tomada presenta reacciones físicas frente al estrés con sintomatología identificable, la sintomatología severa aunque no obtuvo un porcentaje no muy alto no es susceptible de ignorar pues involucra a 1 de cada 10 estudiantes en riesgo.

Puede observarse entonces, que los estudiantes expuestos a las demandas académicas y a la causalidad externa ya analizada, tienen como respuesta una conducta de estrés físico que evidencia su rasgo no adaptativo o de estrés patológico; el cual al parecer se debe a las diferentes cargas académicas, intensidad horaria y diferentes factores generadores de estrés a los que están expuestos los estudiantes de la Universidad de Córdoba, afectando así su estado de salud como trastornos del sueño, ansiedad, agresividad, conflictos entre compañeros.

Es importante para Enfermería conocer esta información para dar a conocer a la comunidad estudiantil y la Universidad de Córdoba como es la influencia del estrés ante el estado de Salud de los estudiantes reportados en riesgo académico, y poder intervenirlos y realizarles acompañamientos desde bienestar universitario. Otro punto importante para Enfermería es brindar apoyo educación y acompañamiento ante la detección de alguna de esta sintomatología para poder detectarla e intervenirla a tiempo en los estudiantes reportados y los que no están reportados en las bases de datos de riesgo académico.

Grafica 11. Reacciones físicas frente al estrés



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

En la investigación se evidencia que toda la muestra estudiada presentó reacciones física ante algún momento de preocupación o nerviosismo variando la intensidad y sintomatología, ya que no todos los organismos responden de igual forma ante los mismo estímulos o situaciones, es decir que todos pueden

reaccionar de forma diferente ante una misma situación como lo plantea Pulido³⁴, todos los organismos experimentan reacciones de estrés durante su vida, pero cuando dicha reacción se prolonga puede agotar las reservas del individuo y traducirse en una serie de dificultades que producen depresión y enfermedades crónicas, generando así el fracaso escolar o en el bajo desempeño académico.

Tabla 12. Reacciones psicológica frente al estrés

Síntomas y reacciones psicológicas	Nº	%
Sintomatología leve	15	27.3
Sintomatología moderada	35	63.6
Sintomatología severa	5	9,1
Total	55	100

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

La reacciones psicológicas frente al estrés que presentan los estudiantes reportados en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud, según el inventario SISCO del estrés académico, muestra que 54.5% presenta sintomatología leve, seguido de 36.4% con una sintomatología moderada y 9.1 % sintomatología severa.

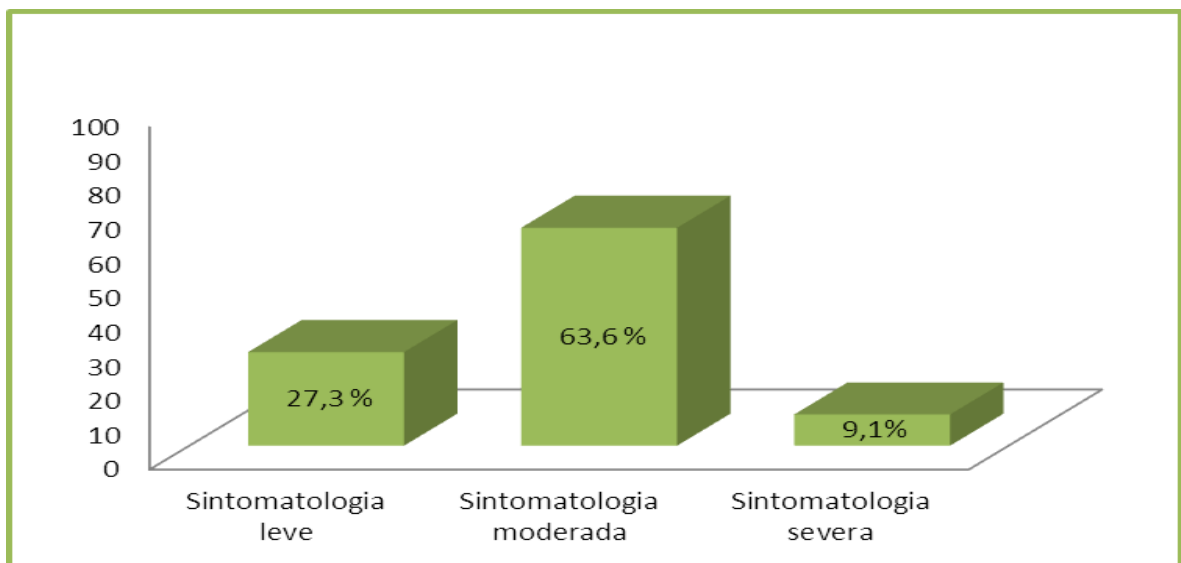
Al interpretar la tabla se puede observar la aglomeración de 91% de las reacciones psicológicas en “sintomatología leve y moderada” seguido de “sintomatología severa” con un porcentaje que equivale a menos del 10% de la muestra; la coincidencia de los valores de respuestas físicas y psicológicas es

³⁴ PULIDO RULL, Marco Antonio, et al. Estrés académico en estudiantes Universitarios. Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011.

evidencia que los mismos estudiantes (las mismas personas) están sometidas o perciben en sí mismos dos clases diferentes de sintomatología del estrés, con lo cual se puede asumir que las respuestas no son aisladas, sino que están evidenciando la presencia de estrés patológico entre los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba, que podrían ser consecuencia de las cargas académicas, por el tiempo limitado para la realización de trabajos, y demás, viéndose reflejado en el rendimiento académico de los estudiantes en riesgo académico en este 2015 I.

Para el Departamento de Enfermería y demás Departamentos académicos de la Facultad se hace relevante este resultado para realizar un plan de acción colectivo con los estudiantes y buscar estrategias que propendan al rendimiento académico esperado, sin afectar el desarrollo de los estudiantes ni su bienestar; por ello los programas deberían trabajar en compañía con Bienestar Universitario de la Universidad de Córdoba para disminuir de manera progresiva el número de estudiantes en riesgo que en cada semestre va en aumento y es contrario a las políticas de deserción y permanencia.

Grafica 12. Reacciones psicológica frente al estrés



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

La investigación demuestra que en algún momento los estudiantes en riesgo académico de la Facultad Ciencias de la Salud presentaron reacciones psicológicas de inquietud, sentimiento de tristeza, ansiedad, problemas de concentración y sentimientos de agresividad, en momentos de preocupación o nerviosismo, variando la intensidad en la cual predomino la sintomatología moderada y leve con 91 %.

Por lo cual cabe resaltar la coincidencia de los hallazgos del presente estudio con lo planteado por Del Campo, Vargas, Martín y del Grupo Parlamentario³⁵, quienes afirman que la “exposición permanente al estrés puede dar lugar a diversas reacciones, entre las que se pueden encontrar de tipo físico, psicológico, fisiológico y las comportamentales” coincidentes con los hallazgos de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud.

Tabla 13. Reacciones comportamentales frente al estrés

Síntomas y reacciones comportamentales	N°	%
Sintomatología leve	40	72,7
Sintomatología moderada	9	16,4
Sintomatología severa	6	10,9
Total	55	100%

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

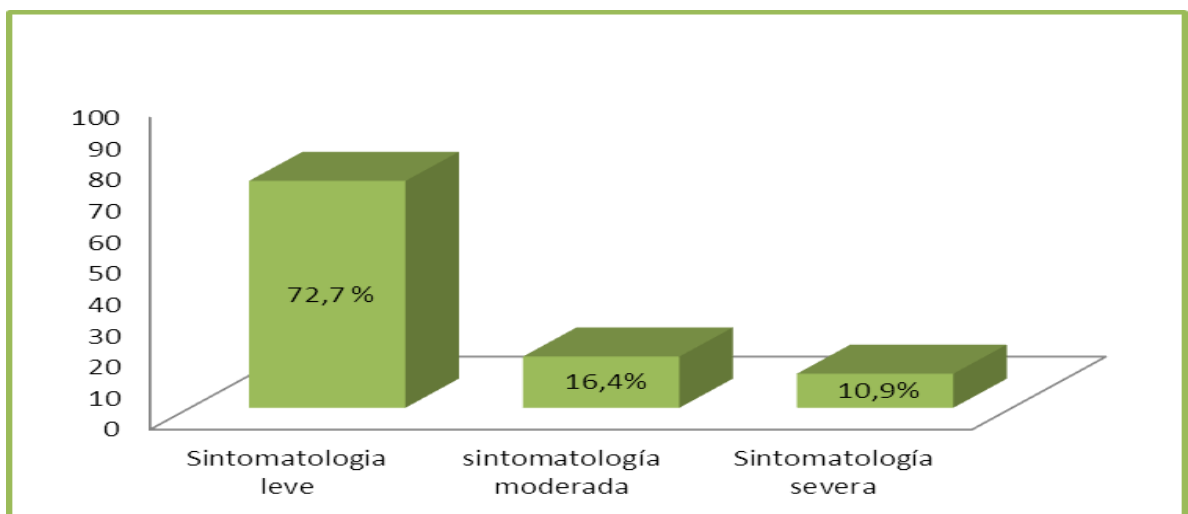
³⁵ DEL CAMPO, ELIZABETH VARGAS MARTÍN y DEL GRUPO PARLAMENTARIO, DELPAN. Con punto de acuerdo, por el que se exhorta a la ssa a emprender acciones para que la opinión pública adquiera conciencia sobre los efectos de la depresión clínica, ya promover la atención oportuna, a cargo de la diputada.

Los síntomas y reacciones comportamentales que presentan los estudiantes reportados en bienestar universitario con bajo rendimiento académico, matriculados en los programas que conforman la Facultad Ciencias de la Salud corresponde a 72,9% presentan sintomatología leve, seguido de 16,4% con sintomatología moderada y finalmente 10,9% padecen sintomatología severa.

Se evidencia que el mayor promedio en el inventario SISCO para síntomas y reacciones comportamentales corresponde a sintomatología leve. Dentro de las situaciones leves se encuentran los conflictos o tendencia a polemizar o discutir, aislamiento, desgano para realizar las labores escolares y aumento o reducción del consumo de alimentos, a partir de la interpretación de la gráfica, se concluye que pocos estudiantes presentan de manera alarmante situaciones comportamentales.

Para la Universidad de Córdoba, y más específicamente para Bienestar Universitario, es de interés reconocer de manera oportuna los síntomas comportamentales que están padeciendo los estudiantes con bajo rendimiento académico, con el fin de identificar si presentan o no casos de estrés académico.

Grafica 13. Reacciones comportamentales frente al estrés



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Los efectos a corto plazo del estrés académico podrían agruparse en físicos, psicológicos y comportamentales. Dentro de las reacciones comportamentales se han señalado la implementación de hábitos nocivos para la salud como alteraciones en la alimentación, considerando que esta última fue incluida en el inventario SISCO del estrés académico en donde se observó que 32 personas presentaban en algún momento este síntoma.

Lo cual tienen relevancia con lo planteado por Pulido³⁶, quien afirma que “todos los organismos experimentan reacciones de estrés durante su vida, pero cuando dicha reacción se prolonga puede agotar las reservas del individuo y traducirse en una serie de dificultades que producen depresión y enfermedades crónicas, generando así el fracaso escolar o en el bajo desempeño académico” lo cual tiene relevancia y similitud en esta investigación.

4.4. ESTRATEGIAS PARA ENFRENTAR LA SITUACIÓN CAUSANTE DE LA PREOCUPACIÓN O EL NERVIOSISMO

Ante una situación estresante, preocupante o bien que genere nerviosismo los estudiantes adoptan diversas estrategias de afrontamiento, las cuales están específicamente relacionadas con la situación que la persona experimenta y dependerá de los valores, metas y creencias con las que los individuos se hallan comprometidos; es por esto que no todos los estudiantes las implementan en la misma medida y con la misma intensidad.

³⁶ PULIDO RULL, Marco Antonio, et al. Estrés académico en estudiantes Universitarios. Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011

Tabla 14. Estrategias frente a la preocupación o el nerviosismo

Estrategias de afrontamiento	Nº	%
Afrontamiento apropiado	30	54,5
Dificultades de afrontamiento	7	12,7
Sin estrategias de afrontamiento	18	32,7
Total	55	100

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

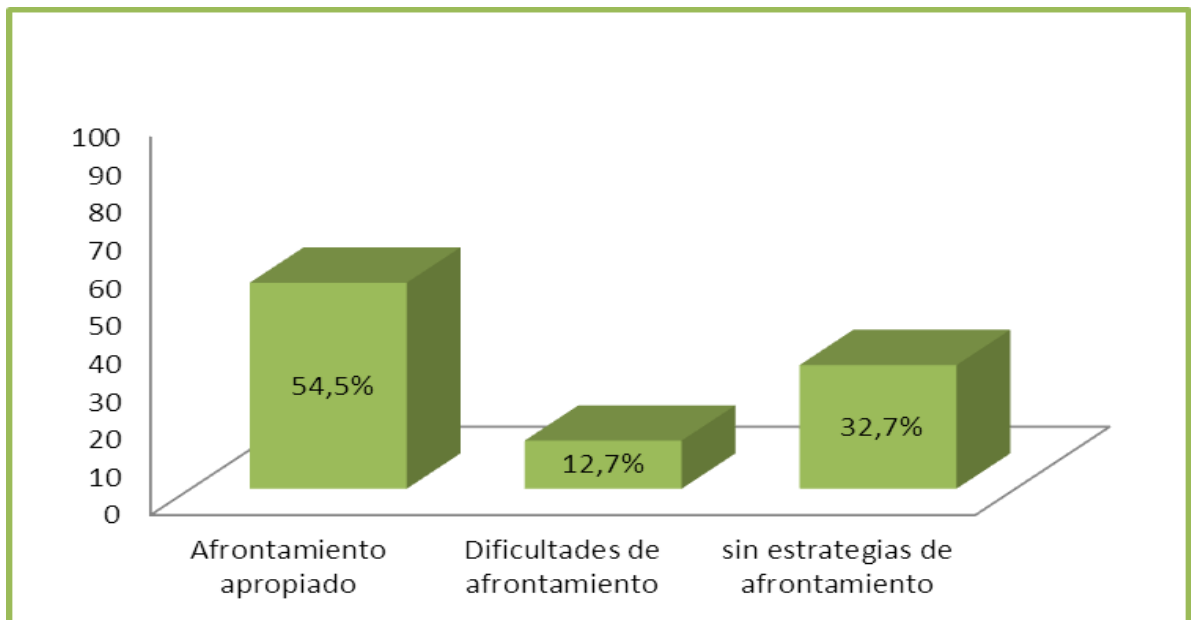
La distribución del uso de las estrategias de afrontamiento por parte de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, que se encuentran reportados en bienestar universitario por bajo rendimiento académico, corresponde a 54,4% con “afrontamiento apropiado”, seguido de “sin estrategias de afrontamiento” con 32,7% y finalmente 12,7% presentan “dificultades de afrontamiento”.

Se concluye que más de la mitad de los estudiantes que presentan bajo rendimiento académico responden de manera apropiada frente a sentimientos de preocupación o nerviosismo, lo cual disminuye el riesgo de que padezcan estrés académico; y que un porcentaje casi igual 55.6% tiene formas poco funcionales de afrontar el estrés académico.

Dentro de dichas estrategias se encuentra la habilidad asertiva (defender sus preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros), Elaboración de planes y ejecución de sus tareas, elogios a sí mismo, la religiosidad (oraciones o asistencia a misa), búsqueda de información sobre la situación, y ventilación de confidencias (verbalización), todas estas son de gran utilidad, ya que al hacer uso de las mismas se es menos susceptible de sufrir estrés.

Es por esto que se hace necesario que Bienestar Universitario conozca el número de estudiantes que están implementando las estrategias de afrontamiento, para incitar a los que no hacen uso de las mismas que las empleen.

Grafica 14. Estrategias frente a la preocupación o el nerviosismo



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Una investigación realizada por Ticona³⁷, arroja que dentro de las conductas de afrontamiento que adoptan los estudiantes en sus tiempos libres se encuentran escuchar música, leer y practicar algún deporte, mientras que en esta investigación se observó que las estrategias de afrontamiento usadas con mayor frecuencia son la Elaboración de un plan, ejecución de sus tareas y el afrontamiento activo.

³⁷ TICONA S, PAUCAR G, LLERENA G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería – UNAS. Arequipa 2006. Universidad Nacional de San Agustín. Enferm Glob. 2010 jun.19; 1-18

Esto indica que los estudiantes creen que tiene posibilidades de modificar la situación por lo que hacen uso del planteamiento mental buscando las causas y las posibles soluciones para elegir la más conveniente, para luego ejecutar acciones que alteren la fuente de la preocupación o bien del nerviosismo, superando así el problema y haciendo uso de un afrontamiento directo.

4.5. NIVEL DE ESTRÉS DE LOS ESTUDIANTES EN SITUACIÓN DE RIESGO ACADÉMICO

Como resultado final de toda la medición de estrés, se pudo identificar que el 100% de los estudiantes en riesgo académico a quienes se aplicó el inventario SISCO tienen algún grado de estrés académico.

Tabla 15. Presencia de estrés en general

Nivel de estrés	N°	%
Estrés leve	14	25,5
Estrés moderado	26	47,3
Estrés intenso	15	27,3
TOTAL	55	100

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

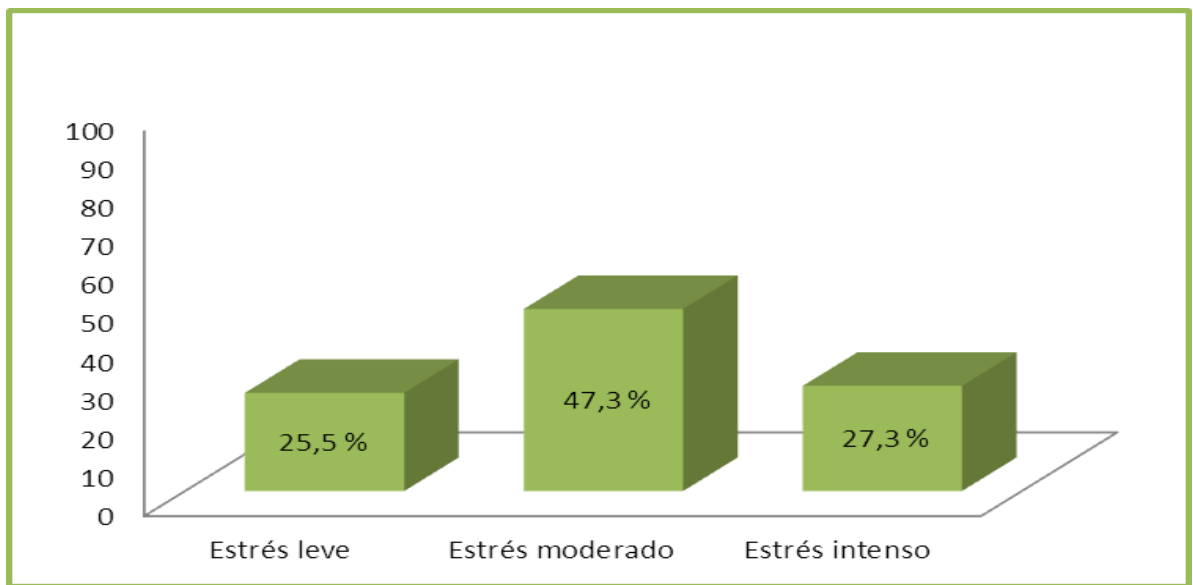
El nivel de estrés que poseen los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud, que presentan bajo rendimiento académico corresponde a estrés leve 25,5%, estrés moderado 47,3% y estrés severo 27,3%.

Del total de la muestra estudiada el 47,3% de los estudiantes en riesgo académico presentan un nivel de estrés moderado; por lo cual se infiere que las demandas del medio son percibidas como moderadas, altas, prolongadas y desagradables, que podrían superar la capacidad de resistencia del organismo llegando al estrés severo potencialmente perjudicial para el individuo, generando además trastornos

de salud derivados del estrés como trastornos digestivos, cardiovasculares, endocrinos, inmunológicos, entre otros.

Para la investigación se hace necesario conocer el nivel de estrés que manejan los estudiantes y cual predomina, con el fin de comunicar la situación a Bienestar Universitario e intervengan cada caso.

Grafica 15. Presencia de estrés en general



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

En Chile, se llevó a cabo un trabajo de investigación con estudiantes de Odontología, Enfermería, Psicología y Medicina, por Marty, Lavin, Figueroa, Larrain y Cruz³⁸, en el cual se evidencio un nivel de estrés académico general de 36.3%; en donde el estrés leve ocupó el 33.3%, estrés moderado 3% y no hubo casos de estrés severo; lo cual contrasta con los resultados de la Universidad de Córdoba en los programas de Ciencias de la Salud en los cuales el estrés académico fue general 81%) y el estrés moderado predomina (47.3%) y una

³⁸ MARTY C, LAVÍN M, FIGUEROA M, LARRAÍN D, CRUZ C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Rev Chil Neuro-psiquiatr, 2005; 43 (1): 25-32.

cuarta parte (27.3%) de la muestra fue positiva para estrés intenso. Estos hallazgos evidencian que existen diferencias en las demandas académicas dentro de los mismos programas de salud en las diferentes latitudes; sería de interés identificar las razones que inciden en esta variabilidad para asumir las medidas correctivas.

4.6. RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

El equipo investigador, consideró de interés desagregar la influencia del estrés por programa académico, observándose que el estrés de nivel moderado a severo predomina en los estudiantes de tres de los cuatro programas académicos (75%) de modalidad presencial; en tanto que el estrés leve muestra sus mayores frecuencias en el programa a distancia.

Tabla 16. Estrés por programa

Programa	Estrés leve	%	Estrés moderado	%	Estrés intenso	%
Enfermería	3	25	6	50	3	25
Bacteriología	4	22,2	8	44,4	6	33,3
Regencia en farmacia	2	14,3	8	57,1	4	28,6
Administración en salud	5	45,5	4	36,4	2	18,2

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

El nivel de estrés de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba con bajo rendimiento académico, según los programas en los que se encuentran matriculados corresponde a Enfermería estrés moderado con 50%, estrés leve 25%, estrés intenso 25%, seguido de bacteriología con estrés moderado 44,4%, estrés intenso 33,3%, estrés leve 22,2%, así mismo Regencia en Farmacia presenta estrés moderado con 57,1%, estrés intenso

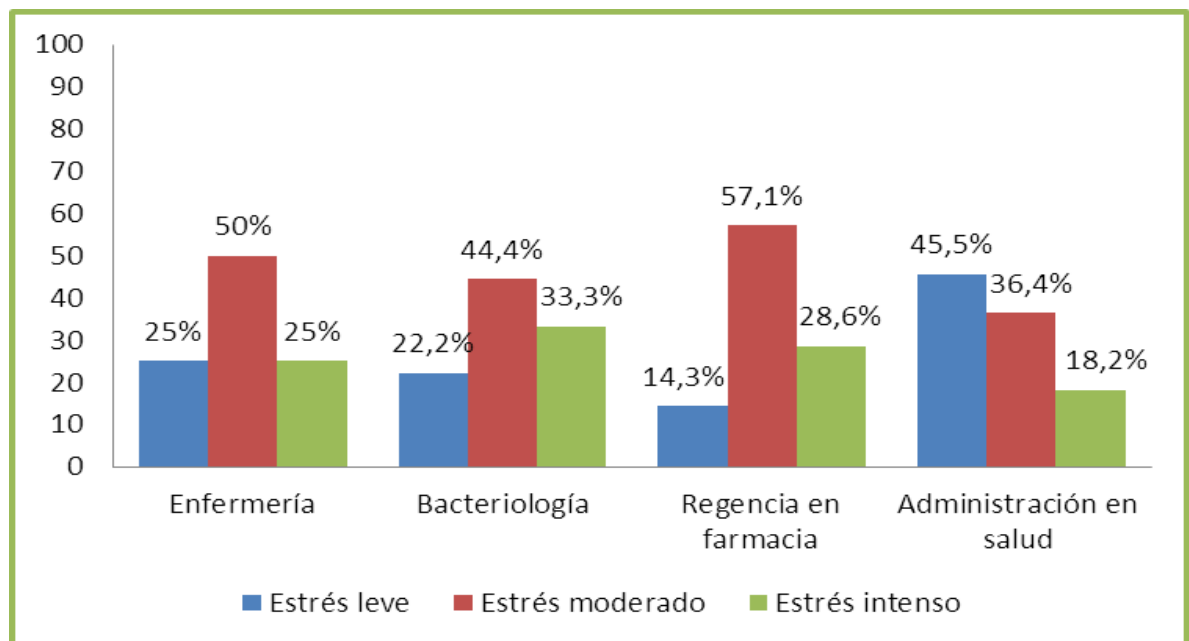
28,6%, estrés leve 14,3% y finalmente administración en salud con estrés leve 45,5%, estrés moderado 36,4% y estrés intenso 18,2%.

En gran parte de los programas que conforman la Facultad Ciencias de la Salud predomina el estrés moderado exceptuando a administración en salud en donde el estrés leve es quien lleva la vanguardia.

Los programas de la Facultad Ciencias de la Salud requieren altos niveles de exigencias, las cargas académicas y las preocupaciones vuelven a los estudiantes propensos a desarrollar algún nivel de estrés, lo cual puede desencadenar problemas emocionales, cognitivos e incluso fisiológicos, todo esto originado por factores o situaciones externas del organismo.

Es importante esta información tanto para la investigación como para la Universidad de Córdoba, puesto que a través de esta se identificó cuáles son los programas que generan mayor estrés en sus estudiantes.

Gráfica.16 Estrés por programa



Fuente: Test inventario sisco del estrés académico

En los resultados se evidencia que en todos los programas de la Facultad Ciencias de la Salud predomina el estrés moderado, en lo cual cabe resaltar el estudio elaborado en Chile, con una muestra de estudiantes de Odontología, Enfermería, Psicología y Medicina, realizada por Marty, Lavin, Figueroa, Larrain y Cruz³⁹, se evidencio un nivel de estrés académico del 36.3%, la prevalencia de estrés leve en esta muestra fue de 33.3% y de estrés moderado 3%, no hubo casos de estrés severo.

Para clarificar los aspectos inherentes al objetivo general del presente estudio, se calculó el nivel de estrés relacionándolo con el promedio académico de cada participante; los resultados permiten determinar una aparente relación negativa o inversa entre las frecuencias de estrés moderado, severo con los promedios académicos de forma que a mayor nivel de estrés más bajo el promedio académico.

Tabla 17. Estrés por promedio

Promedio	Nivel de estrés					
	Leve	%	Moderado	%	Severo	%
3.0	1	5,9	10	58,8	6	35,3
3.1	3	20	8	53,3	4	26,7
3.2	6	26,1	9	39,1	8	34,8

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

El nivel de estrés que presentan los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud reportados en bienestar universitario por presentar bajo rendimiento académico según el promedio corresponde a promedio de 3.0, estrés moderado 58,8%, estrés intenso 35,3%, estrés leve 5,9%, seguido de promedio de 3.1, estrés moderado 53,3%, estrés intenso 26,7%, estrés leve 20% y finalmente

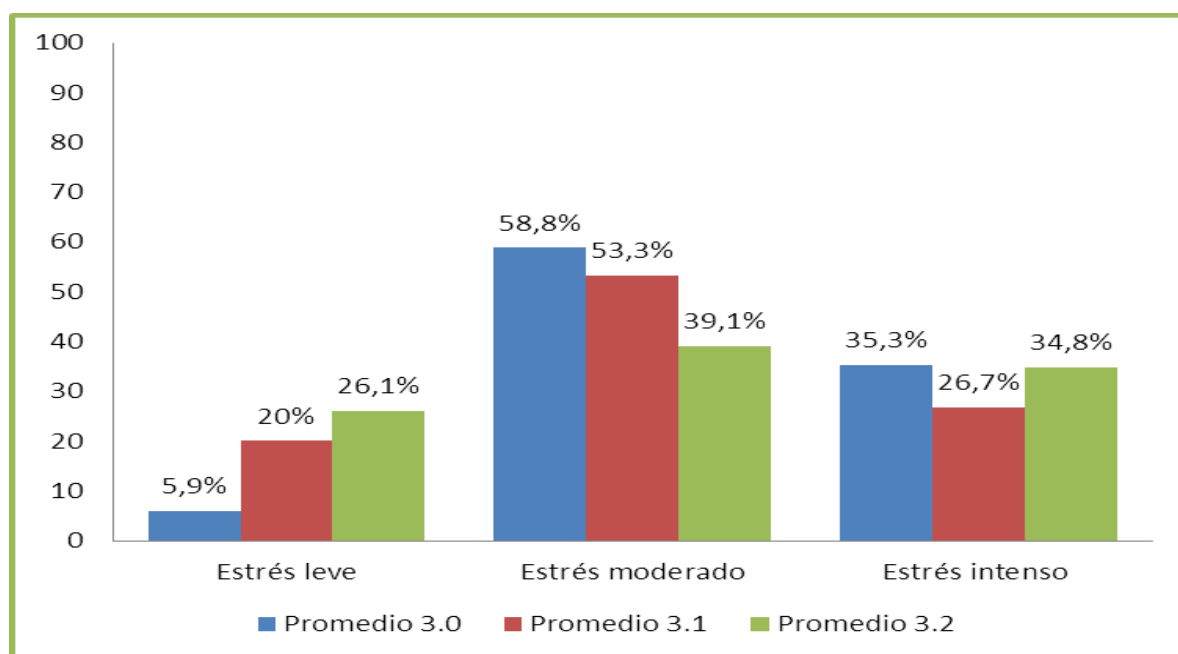
³⁹ MARTY C, LAVÍN M, FIGUEROA M, LARRAÍN D, CRUZ C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Rev Chil Neuro-psiquiatr, 2005; 43 (1): 25-32.

promedio de 3.2, estrés moderado 39,1%, estrés intenso 34,8% y estrés leve 26,1%.

Se observa que todos los estudiantes que presentan un promedio igual o menor a 3.2 obtuvieron mayor los mayores porcentajes en el estrés moderado, siguiendo con estrés intenso y por ultimo estrés leve; los resultados parecen indicar una aparente asociación entre el nivel de estrés moderado a severo con el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud.

Para Bienestar Universitario es necesario conocer el nivel de estrés que manejan los estudiantes teniendo en cuenta el promedio que estos poseen, con el fin de identificar si el estrés académico ya sea leve, moderado o intenso, repercute en el rendimiento y buscar mecanismo que propendan al mejoramiento de la calidad a través de educaciones continuas y apoyo psicológico.

Grafica 17. Estrés por promedio



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Los niveles de estrés y el bajo rendimiento académico mantienen una relación estrecha, es decir entre más bajo sea el promedio mayor nivel de estrés presentara la persona, puesto que al generarse los diversos factores que afectan de manera directa o indirecta al individuo se produce el estrés, ya sea por la preocupación, el nerviosismo o el miedo de seguir con promedios bajos o por el sobre esfuerzo que realizan para aumentar su promedio académico.

Algunos factores relacionados con el rendimiento académico, presentan una similitud con las variables asociadas a la vulnerabilidad al estrés. Según Amigo⁴⁰, un factor asociado al rendimiento académico es el estrés, es decir poseer algún nivel de estrés, perjudica el rendimiento académico hasta el punto de presentar bajo promedios, sin embargo el investigador reconoce la necesidad de cierto grado de estrés para realizar un buen examen.

Por consiguiente cuando los estudiantes consideran que los requerimientos de una situación exceden sus recursos y capacidades, comienzan a sentirse estresados con pensamientos poco esperanzadores y emociones negativas, consecuentemente, su esfuerzo y su productividad disminuyen, de tal manera que el rendimiento académico también se verá afectado, ya que se ve influenciado por situaciones que de manera directa o indirecta afecta al individuo y repercute en su estado mental.

⁴⁰ ISAAC, Amigo Vázquez. El precio biológico de la civilización. En: MADRID, ESPAÑA. EDITORIAL: CELESTE EDICIONES SA.

Tabla 18. Presencia de estrés por sexo

Los investigadores consideraron que la medición del nivel de estrés en relación aparente con el sexo del estudiante en riesgo académico debía medirse proporcionalmente para lograr identificar la influencia del sexo debido al predominio de mujeres en la muestra (dos mujeres por cada hombre en estudio).

Nivel de estrés	Sexo			
	Masculinos		Femeninos	
	Nº	%	Nº	%
Estrés leve	6	35,3	8	21,1
Estrés moderado	7	41,2	19	50,0
Estrés intenso	4	23,5	11	28,9
Total	17	100	38	100

Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

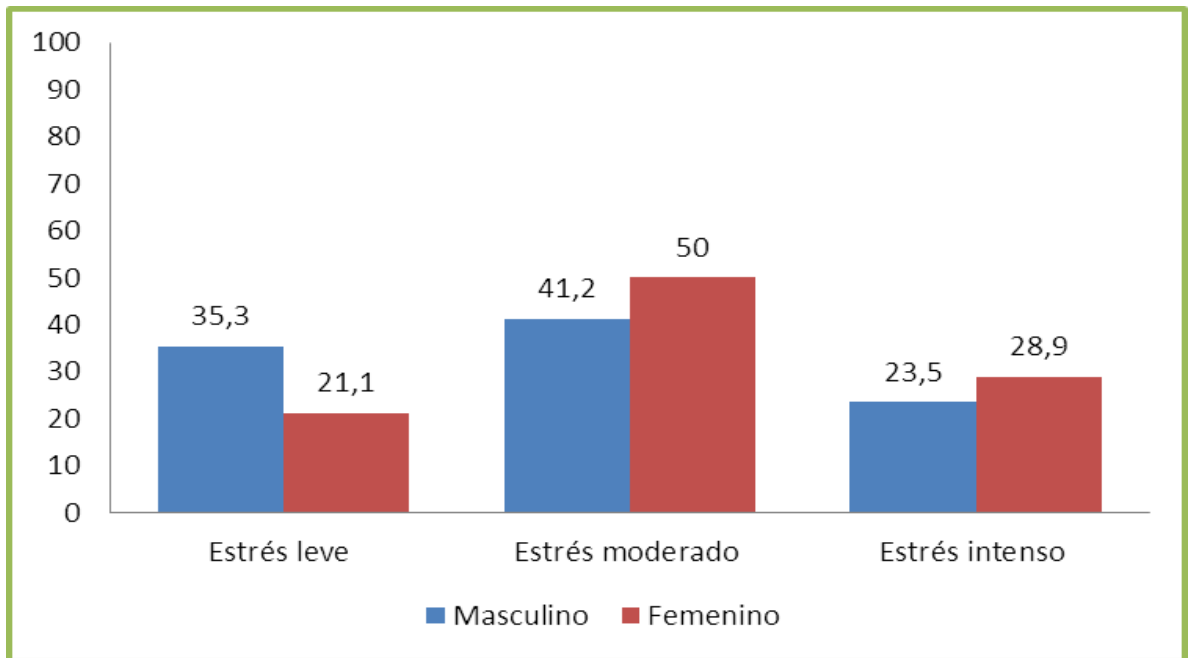
El nivel de estrés que manejan los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba reportados en Bienestar Universitario por bajo rendimiento académico, según el sexo corresponde a sexo masculino presenta estrés moderado 41,2%, estrés leve 35,3%, estrés intenso 23,5% seguido del sexo femenino con estrés moderado 50%, estrés intenso 28,9% y estrés leve 21,1%.

Se observa que tanto en el sexo femenino como masculino predomina el estrés moderado, se evidencia además que las mujeres presentan mayor estrés que los hombres, considerando que estas son más susceptibles a sentirse afectadas por situaciones del entorno o bien por problemas emocionales. Dentro de las múltiples consecuencias negativas del estrés, una de estas es que afecta la salud y las relaciones sociales, viéndose más evidente en las mujeres.

En la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba predomina el sexo femenino, lo cual da respuesta al porque existe mayor número de mujeres que padecen estrés, es importante para la Institución y la división de Bienestar Universitario reconocer que sexo presenta mayor y menor nivel de estrés, con el

fin de intervenir de manera colectiva o individual a cada uno de los estudiantes de los diferentes programas de la Facultad.

Grafica 18. Presencia de estrés por sexo



Fuente: Test inventario SISCO del estrés académico

Los resultados coinciden con la investigación realizada por Gorguet, Del Toro, Pérez y Ramos⁴¹, con estudiantes de Ciencias de la Salud con bajo rendimiento académico, mostro gran número de estudiantes con estrés, predominando el sexo femenino, al igual que en la presente investigación el sexo masculino obtuvo índices menores de estrés académico.

⁴¹ DEL TORO A, GORGUET C, PÉREZ Y, RAMOS D. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. Medisan 2011; 15(1).

5. CONCLUSIONES

Se logró determinar el nivel de estrés que presentan los estudiantes reportados en situación de riesgo académico en Bienestar Universitario de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad de Córdoba, evidenciándose que el estrés moderado lleva la vanguardia en los programas que conforman la Facultad, así mismo se observó que el sexo femenino presenta mayores niveles de estrés que el sexo masculino con una diferencia de 5,4%.

Además se evidencia que el programa que presenta mayor número de estudiantes en situación de riesgo es Tecnología en Regencia en farmacia con 35,2 %, así mismo se observó que predomina el estrés moderado con 47,3%.

Dentro de las principales causas que generan estrés en los estudiantes matriculados en los diversos programas se encuentra en primera instancia el tiempo limitado para realizar los trabajos ocupando el máximo puntaje 13,7%, la personalidad y el carácter de los profesores con 14,7, seguido de la falta de tiempo para cumplir labores y las evaluaciones.

Finalmente se concluye que el estrés tiene relación con el rendimiento académico, es decir entre menor sea el promedio académico mayor nivel de estrés, siendo esto influenciado por diversos factores, tales como mayores horas de estudio y esfuerzo, con el fin de mejorar el rendimiento académico.

6. RECOMENDACIONES

A la Universidad de Córdoba

Realizar un estudio con enfoque mixto donde se abarquen los diferentes factores que inciden en el rendimiento académico, para continuar con la secuencia de los hallazgos encontrados en la presente investigación y poder tomar medidas antes los resultados para el mejoramiento de la calidad en la institución.

A Bienestar Universitario

Realizar un plan de acción colectivo con los estudiantes, buscando estrategias que propendan al rendimiento académico esperado, sin afectar el desarrollo de los estudiantes ni su bienestar.

Realizar acompañamiento continuo tanto a estudiantes en riesgo como aquellos que no lo están a través de jornadas de terapias ocupacionales y acampamiento psicológico.

Apoyarse en el programa de Enfermería para que este a través de sus prácticas formativas lidere:

1. Charlas educativas y de consejerías.
2. Jornadas de terapias ocupacionales como las realizadas en el Programa de extensión de la Universidad de Córdoba

7. BIBLIOGRAFÍA

ABOUSERIE R. Fuentes y niveles de estrés relacionado con la autoestima en estudiantes universitarios. *Educ Psychol*, 1994; 14: 323-330.

BUSTAMANTE C, CABRERA D, CABRERA M, ALARCÓN W, MONGE E. estrés Académico en Estudiantes de Medicina Humana del Primer y Sexto Año UNMSM. [en línea]. Perú. 2000. Disponible: http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bvrevistas/Anales/v62_n1/Ansiedad.htm.

DEL CAMPO, ELIZABETH VARGAS MARTÍN y DEL GRUPO PARLAMENTARIO, DELPAN. Con punto de acuerdo, por el que se exhorta a la SSA a emprender acciones para que la opinión pública adquiera conciencia sobre los efectos de la depresión clínica, ya promover la atención oportuna, a cargo de la diputada.

DEL TORO A, GORGUET C, PÉREZ Y, RAMOS D. Estrés académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. *Medisan* 2011; 15(1).

Díaz. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Rev Human Med. Camaguey, Cuba* 2010; 10 (1).

DUPONT, Mónica. Depresión Psicológica. Colombia. 03/06/12. [Consultado el 04/042015]. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos42/depresion-psicologia/depresion-psicologia.shtml>.

FELDMAN L, GONCALVES L, CHACÓN G, ZARAGOZA J, BAGÉS N Y DE PABLO J. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Univ Psychol*, 2008; 7(3): 739-751.

FELDMAN, Lya, et al. Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. En: *UNIVERSITAS PSYCHOLOGICA*. vol. 7, no. 3, p. 739-751.

GARCÍA, C. María de los Ángeles Y OROZCO, L.L. Relación de Inteligencia Emocional con estilos de enfrentamiento que utilizan estudiantes Universitarios. Tesis para obtención de título en Licenciatura de Psicología. UNAM. México.

GONZÁLEZ R, FERNÁNDEZ R, FREIRE C. Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Fisioterapia*. 2010; 32(04):51-8.
GUPCHUP G, BORREGO M, Konduri N. El impacto de la vida estudiantil relacionada con la calidad de vida. *Coll Student J*, 2004; 38(2): 292-392.

GUTIÉRREZ RODAS, Javier Antonio, et al. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. En: CES MEDICINA. vol. 24, no. 1, p. 7-17.

GUTIÉRREZ RODAS, Javier Antonio, et al. Depresión en estudiantes universitarios y su asociación con el estrés académico. En: CES MEDICINA. vol. 24, no. 1, p. 2.

HERNÁNDEZ J, POZA C, Y POLO A. La ansiedad ante los exámenes. Un programa para su tratamiento de forma eficaz. Valencia. Promolibro.1994.

JACKSON P. La vida en aulas. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1968.

MARTY C, LAVÍN M, FIGUEROA M, LARRAÍN D, CRUZ C. Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. Rev Chil Neuro-psiquiatr, 2005; 43 (1): 25-32.

MELGOSA, J. Sin Estrés (1ª. ed.). España: Editorial SAFELIZ, S.L.

MONZÓN, Isabel María MARTÍN. Estrés académico en estudiantes universitarios. En: APUNTES DE PSICOLOGÍA. vol. 25, no. 1, p. 87-99.

MONZÓN, Isabel María MARTÍN. Estrés académico en estudiantes universitarios. En: APUNTES DE PSICOLOGÍA. vol. 25, no. 1, p. 87-99.

Organización Mundial de la Salud. Informe sobre salud mental en el mundo 2001. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/es/> (consulta: 27 de Marzo de 2015).

PULIDO RULL, Marco Antonio, et al. Estrés académico en estudiantes Universitarios. Psicología y Salud, Vol. 21, Núm. 1: 31-37, enero-junio de 2011.

BERRÍO GARCÍA, Nathaly y MAZO ZEA, Rodrigo. Estrés académico. En: Revista de Psicología Universidad de Antioquia. vol. 3, no. 2, p. 65-82.

ROJAS, E. (1998). La ansiedad como diagnóstico y superar el estrés, las fobias y las obsesiones. España: editorial temas de hoy.

TICONA S, PAUCAR G, LLERENA G. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería – UNAS. Arequipa 2006. Universidad Nacional de San Agustín. Enferm Glob. 2010 jun.19; 1-18.

VÁSQUEZ, Rosa María Álvarez. LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA.

WOLF T, KISSLING G, BURGESS L. Características de estilo de vida durante la escuela de medicina: un estudio de cuatro años de la sección transversal. Informes psicológicos, 1986; 59: 179-189.

ANEXOS

ANEXO A
CONSENTIMIENTO INFORMADO

**FACTORES QUE INCIDEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE
ESTUDIANTES EN SITUACIÓN DE RIESGO DE LA FACULTAD CIENCIAS DE
LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**

**Autores: MELISSA MARÍA BARÓN HERNÁNDEZ y WILMER RODRÍGUEZ
PÉREZ**

INTRODUCCIÓN. Teniendo en cuenta que el estrés y la depresión se convierten en factores de riesgo, que influyen negativamente en el estado de salud y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Córdoba, específicamente en la Facultad Ciencias de la Salud por sus diferentes exigencias y cargas académicas, por lo cual es importante que las autoridades interesadas en la calidad de formación reconozcan o identifiquen los problemas que afectan a los estudiantes en riesgo académico para promover estrategias que propendan por la reducción o superación de esta condición.

La presente investigación está enmarcada según la Resolución 008430, como riesgo mínimo, con la capacidad de movilizar emociones durante la aplicación de instrumentos y entrevista necesarios para la recolección de la información, por lo cual se contara con el apoyo de bienestar universitario durante el desarrollo de la presente investigación.

CONSENTIMIENTO

He sido informado sobre el objetivo, método, alcance y beneficios del proyecto de investigación denominado **FACTORES QUE INCIDEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES EN SITUACIÓN DE RIESGO DE LA FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**, se me ha dado la oportunidad de participar o de negarme a participar al interior de la muestra de este trabajo de investigación.

Acepto y firmo como evidencia de voluntad de participación

NOMBRE	N° DE IDENTIFICACION	PROGRAMA	FIRMA

Gracias por su participación

ANEXO B

INVENTARIO SISCO DEL ESTRES ACADÉMICO

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

☐ Si

☐ No

NOTA: En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2. Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

SITUACIONES	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algu nas vece s	(4) Casi sie mpr e	(5) Siemp re
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos					
La personalidad y el carácter de los profesores					

SITUACIONES	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algu nas vece s	(4) Casi sie mpr e	(5) Siemp re
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra					

4. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) escasiempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Ra ra ve z	(3) Algun as vec es	(4) Casi siempr e	(5) Siempr e
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					

Rascarse, morderse las uñas, frotarse,etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones Psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Ra ra ve z	(3) Algun asvec es	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza(decaído)					
Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Ra ra ve z	(3) Algun asvec es	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras(especifique)					
	(1) Nunca	(2) Ra ra ve z	(3) Algun asvec es	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5. En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

ESTRATEGIAS	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sustareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización)					
otras					

ANEXO C

ENCUESTA DE VARIABLES SOCIODEMOGRAFICAS

EDAD: _____

SEXO: F____ M____ Otros____

PROGRAMA: _____

N° DE SEMESTRES DE LA CARRERA: _____

1. ¿En qué fecha iniciaste tu carrera profesional?: Año:_____ Periodo:_____
2. ¿En qué semestre deberías estar actualmente? _____ Graduado:_____
3. ¿En qué semestre te encuentras actualmente? _____
4. ¿Cuántos cursos has repetido? _____
Cancelación:_____ o Mortalidad académica (perdidos):_____
5. ¿Tuviste cancelaciones? Si_____ No_____ Cuantas_____
6. ¿Cuál fue tu promedio académico el semestre anterior? _____
7. ¿Te encuentras trabajando actualmente? Si_____ no_____
8. ¿Tienes algún préstamo financiero para pagar tus estudios? _____
9. ¿Aproximadamente cuantas horas duermes? _____
10. ¿Tienes problemas personales? Si ____ No ____ De qué tipo? _____

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

NOTA: esta encuesta es realizada, con el fin de conocer variables sociodemográficas, para la aplicación de un trabajo de grado. Se hace necesario que den respuesta a todas preguntas para obtener información con mayor veracidad.

Melissa María Barón Hernández, Wilmer Rodríguez Pérez